

# anggraeni\_kriswidya\_artikel\_PD F.pdf *by*

---

**Submission date:** 06-May-2021 12:20PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1579346504

**File name:** anggraeni\_kriswidya\_artikel\_PDF.pdf (167.91K)

**Word count:** 1827

**Character count:** 10920

# Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Ketidaknyamanan Nyeri Punggung Kehamilan Trimester III Di Klinik Bersalin Karunia Sidoarjo.

Anggraeni Kriswidya Putri<sup>1)</sup>, Hanik Macfudloh<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [hanik.macfudloh@gmail.com](mailto:hanik.macfudloh@gmail.com) @umsida.ac.id

(latar belakang,

**Abstract.** *Pregnancy is a process that begins with the unification of spermatozoa with ovum called fertilization and then continued with implantation. Normal pregnancies generally last for 9 months, and are divided into the first 3 trimesters 1-12 weeks, the second trimester 13-27 weeks, the third trimester 28-40 weeks. Various complaints felt by pregnant women, one of which is back pain that causes pregnant women discomfort. This aerikel was written taken from the place of Maternity Clinic Karunia Sidoarjo on January 05, 2020. The way of data collection is by means of anamnesa, examination of analysis, data then documenting by comparing between the data that has been obtained with existing theories. Mrs. M 40 weeks gestational age, with complaints of physiological back pain with good maternal and fetal conditions.*

**Keywords** – pregnancy ; back pain; trimester3

**Abstrak.**

*Kehamilan merupakan proses yang dimulai dari penyatuan spermatozoa dengan ovum yang disebut fertilisasi lalu dilanjutkan dengan implantasi. Kehamilan yang normal umumnya berlangsung selama 9 bulan, dan terbagi dalam 3 trimester pertama 1-12 minggu, trimester dua 13-27 minggu, trimester tiga 28-40 minggu. Berbagai macam keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil salah satunya nyeri punggung yang menyebabkan ibu hamil tidak nyaman. Aerikel ini ditulis diambil dari tempat Klinik Bersalin Karunia Sidoarjo pada tanggal 05 Januari 2020. Cara pengumpulan data yaitu dengan cara anamnesa, pemeriksaan analisis, data kemudian pendokumentasian dengan membandingkan antara data yang telah diperoleh dengan teori yang ada. Didapatkan kesimpulan Ny.M usia kehamilan 40 minggu, dengan keluhan nyeri punggung yang fisiologis dengan kondisi ibu dan janin baik.*

**Kata Kunci** - Kehamilan; Nyeri Punggung; trimester3

## I. PENDAHULUAN

Kehamilan yaitu sebuah proses yang dimulai dari penyatuan spermatozoa dengan ovum yang disebut fertilisasi lalu dilanjutkan dengan implantasi. Kehamilan yang normal umumnya berlangsung selama 9 atau 10 bulan, dan terbagi dalam 3 trimester yaitu Trimester pertama 1-12 minggu, Trimester dua 13-27 minggu, Trimester ketiga 28-40 minggu. Rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil biasanya berbeda-beda pada setiap Trimester kehamilan. Perubahan yang sering dialami akan terjadi pada ibu hamil dan sering kali menjadi sebuah keluhan, ibu mengalami perubahan dan saat ini ibu mengeluh nyeri pada bagian punggung.

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan nyeri punggung diantaranya berubahnya titik berat tubuh ibu hamil seiring membesarnya rahim ibu, postur tubuh ibu yang salah, posisi tidur yang kurang tepat dan juga bisa karena meningkatnya hormone estrogen dan progesterone yang dapat mengendurkan daerah sendi ikatan tulang dan otot-otot yang ada di daerah pinggul, dan bisa juga karena terlalu gemuk. Dari berbagai keluhan nyeri punggung yang paling sering dikeluhkan oleh ibu, terjadi sekitar 60% sampai dengan 90% pada ibu hamil di Indonesia.

Tersedianya informasi mengenai keluhan-keluhan fisiologis selama kehamilan dan permasalahannya, khususnya pada Nyeri Punggung Trimester III adalah hal yang penting untuk perkembangan pada pelayanan kesehatan bagi ibu hamil. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui sebuah gambaran pada Nyeri Punggung ibu hamil Trimester III

## II. METODE

Metode yang digunakan adalah study kasus asuhan kebidanan pada ibu hamil Nyeri Punggung pada ibu hamil dengan ketidaknyamanan Nyeri Punggung kehamilan Trimester III, asuhan yang dilakukan menggunakan sebuah metode deskriptif yang digunakan dengan tujuan awal untuk membuat suatu gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Pada laporan kasus yang penulis lakukan yaitu memberi asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan keluhan Nyeri punggung dari pengkajian sampai evaluasi. Subyeknya adalah Ny.M Usia 24 tahun dengan usia kehamilan 40

minggu di Klinik bersalin karunia sidoarjo pada tanggal 5 januari 2020, cara pengumpulan data yaitu dengan cara anamnesa, pemeriksaan, analisis data lalu kemudian pendokumentasian dengan membandingkan antara sebuah data yang diperoleh dengan teori yang ada.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kunjungan dilakukan di Klinik Bersalin Karunia pada tanggal 5 januari 2020

#### A. Data subjektif

Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya dengan keluhan nyeri punggung, Ibu mengeluh nyeri punggung bawah dikarenakan perut semakin membesar, rasa nyeri tidak menyebar kebagian lain. Dirasakan saat malam hari, tidak mengganggu aktivitasnya, upaya yang dilakukan dengan istirahat nyeri hilang.

Menarche 14 tahun, Siklus teratur 7 hari, darah cukup, warna merah segar, dismenorhea tidak, bentuk darah cair, bau amis, perdarahan diluar haid tidak pernah, HPHT 29 maret 2019, hamil yang pertamakali, keluhan trimester 1 dan 2 mual, gerakan janin disisi kiri bawah dan tidak nyeri, braxton hicks sering dirasakan, makan sehari 3 kali dengan komposisi nasi sayur dan laik, ibu minum air putih sehari 6-7 gelas, BAK Inacar 5-5 kali sehari, BAB lancar 1 kali sehari, istirahat siang 1-2 jam dan malam hari 7 jam, ibu tidak menggunakan pakaian ketat dan sepatu hak tinggi, kebutuhan selama hamil sudah terpenuhi.

Data subjektif yang ditemukan yaitu ibu mengalami nyeri punggung pada kehamilannya sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa Nyeri punggung pada usia kehamilan tua biasanya disebabkan oleh meningkatnya pergerakan pelvis terhadap pembesaran uterus. Bentuk tubuh yang berubah akan menyesuaikan terhadap pembesaran uterus kedepan sebab tidak adanya otot abdomen [1].

Cara meringakan nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu adalah, praktik postur yang baik seperti memsungkan pantat kearah belakang lalu Tarik bahu dan berdiri lurus, berolahraga ringan seperti jalan jalan kecil disekitar rumah, mandi dengan air hangat atau mengopres bantal atau bungkusan berisi air hangat akan mengurangi nyeri, menghindari tidur terlentang sebaiknya tidur dengan posisi miring dan bisa diganjal bantal pada bawah perut [2].

#### B. Data objektif

Kesadaran ibu compos mentis, Keadaan ibu baik, tekanan darah 120/80MmHg, suhu 36,5°C, pernafasan 20x/menit, nadi 80x/menit.

Tekstur tubuh lordosis, kepala tidak pusing dan tidaka ada benjolan, muka tidak pucat dan tidak oedem, conjungtiva merah muda sclera putih palpebra tidak oedem, tidak ada caries gigi dan sariawan, tidak ada kelenjar tiroid dan kesulitan menelan, dada tidak nyeri tidak mengalami palpitasi, suara paru vesikuler, suara jantung lup dup, payudara kenyal bersih dan ada pigmentasi dan tidak ada benjolan, puting menonjol, kolostrum sudah keluar, lambung tidak kembung dan tidak mual muntah, BAB lancar, inspeksi abdomen obstetric membujur tampak gerakan janin pusat menonjol dan ada hiperpigmentasi, Leopod 1 Teraba bagian besar, lunak, kurang bulat, melenting, TFU berada 3 jari dibawah px, Leopod 2 Teraba tahanan memanjang di sisi kanan ibu dan teraba bagian kecil janin di sisi kiri ibu, Leopod 3 Teraba bagian keras, bulat, dan tidak dapat digoyangkan, Leopod 4 Divergent, TFU 30cm, TBJ 2.495, DJJ 144x/menit, BAK lancar, vilva bersih dan tidak ada hemoroid, LILA 29cm, tangan dan kaki tidak oedema, reflek patella +/-, Hb 12gr/dl (02/01).

Pada kasus ini tidak ditemukan masalah, sehingga ibu tidak ada kebutuhan khusus untuk mengatasi masalah.

#### C. Analisis

Analisis yang didapatkan dari semua data yang telah terkumpul adalah GIP00000, UK 40 minggu, kesan panggul belum teruji, k/u ibu baik, belum inpartu, dengan keluhan nyeri punggung, Janin hidup, tunggal, intrauterine, puka, sudah masuk PAP, k/u janin baik.

Diagnose dituliskan berdasarkan kondisi pasien saat ini

#### D. Penataaksanaan

1. Menjelaskan bahwa kehamilan dalam keadaan baik, ada keluhan nyeri punggung bawah  
Evaluasi : ibu mengerti akan kondisinya saat ini
2. Menjelaskan fisiologis nyeri punggung bawah meliputi penyebab, cara mengatasi, dan tanda bahaya nyeri punggung bawah  
Penyebab : pembesaran perut yang dapat rakibat pada ketegangan otot dan kelelahan, Posisi tubuh yang membungkuk saat mengangkat barang, hal ini juga berkaitan dengan kadar hormon yang meningkat disamping itu posisi tulang ibu belakang hiperlordosis

1

3  
 Cara mengatasi : memakai BH yang dapat menopang payudara dengan baik dan menggunakan ukuran yang tepat, menghindari sikap hiperlordosis, tidak menggunakan sepatu atau sandal yang hak tinggi, istirahat dan mengupayakan tidur dengan kasur yang keras, menghindari sikap membungkuk, dan menekuk lutut saat mengangkat barang, olahraga kecil sesering mungkin, senam hamil atau yoga dan bisa dengan melakukan gosok atau pijat punggung.

Tanda bahaya : Punggung jika disertai dengan perdarahan, sakit saat buang air kecil, mati rasa yang akan berpotensi infeksi ginjal atau kandung kemih, dan sakit secara terus menerus

Evaluasi : ibu mengerti, dapat mengulangi penjelasan kembali dan bersedia melakukannya dirumah

3. Mengingatkan kembali asuhan rutin meliputi tanda bahaya kehamilan, FE dan vitamin dan istirahat

Tanda bahaya : Demam tinggi, bengkak pada wajah tangan dan kaki, sakit kepala disertai kejang, janin jarang bergerak dibandingkan sebelumnya (dalam 2 jam <10 gerakan).

Fe dan vitamin : Tablet FE 1x1 sehari diminum malam hari ( bentuk kapsul diminum dengan air putih atau air jeruk tidak boleh minum dengan kopi atau teh sudah diberikan 90 tablet selama hamil)

Istirahat : kebutuhan istirahat dengan 1-2 jam istirahat di siang hari dan 6-8 jam istirahat dimalam hari

Evaluasi : ibu mnegerti dan bersedia melakukan

4. Menjelaskan kunjungan ulang 1 minggu lagi atau sewaktu-waktu ada keluhan

Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia kunjungan ulang

2  
 Pembahasan pada kajian ini, penulis memberikan sebuah pendidikan kesehatan mengenai bagaimana cara mengatasi ketidaknyamanan. Hal ini seperti yang telah dijelaskan pada teori [3]. Penyebab nyeri punggung trimester III diantaranya pembesaran payudara yang dapat menyebabkan ketegangan pada otot ibu hamil dan juga dapat menyebabkan suatu kelelahan. Posisi tubuh yang membungkuk pada saat mengangkat barang, hal ini juga berkaitan dengan kadar hormon yang meningkat disamping itu juga bisa posisi tulang belakang hiperlordosis. Keluhan ini bisa dikurangi dengan cara memakai BH yang menopang payudara dengan baik dengan menggunakan ukuran yang tepat dan sesuai, menghindari sikap hiperlordosis, tidak memakai sepatu atau sandal yang hak tinggi, posisi tegak dan menghindari sikap yang membungkuk, dan menekuk lutut saat mengangkat barang, olahraga kecil sesering mungkin, senam hamil atau yoga dan bisa dengan melakukan gosok atau pijat punggung. Masalah yang timbul jika tidak segera diatasi yaitu ibu akan mengalami tidak nyaman secara terus-menerus

#### IV. KESIMPULAN

Dari data yang telah dikumpulkan dapat disimpulkan Ny.M GIP00000, UK 40 minggu, kesan panggul belum teruji, k/u ibu baik, belum inpartu, dengan keluhan nyeri punggung, Janin hidup, tunggal, intrauterine, puka, sudah masuk PAP, k/u janin baik dengan keluhan nyeri punggung yang fisiologis.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada Pak Klinik Bersalin Karunia Sidoarjo saya mengucapkan terima kasih telah bersedia memberikan saya kesempatan untuk melakukan asuhan kebidanan pada studi kasus ini

#### REFERENSI

- 2  
 [1] A. Sulistyawati, *ASUHAN KEBIDANAN PADA MASA KEHAMILAN*. JAKARTA: Salemba Medika, 2011.  
 [2] Manuaba, *Pengantar Kuliah Obstetri*. JAKARTA, 2007.  
 [3] S. Tyastuti dan H. P. Wahyuningsih, *Asuhan Kebidanan Kehamilan Komprehensif*. 2016.

# anggraeni\_kriswidya\_artikel\_PDF.pdf

## ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

20%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Student Paper	8%
2	jurnal.ensiklopediaku.org Internet Source	4%
3	pt.scribd.com Internet Source	4%
4	download.garuda.ristekdikti.go.id Internet Source	3%

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 2%

Exclude bibliography  On