

## **BAB III**

### **TINJAUAN KASUS**

#### **A. Kunjungan Awal**

Tempat pengkajian : TPMB Sri Marjiyati, S.ST

Tanggal pengkajian : 23 Januari 2021

Jam pengkajian : 15.00 WIB

Pengkaji : Amelia Regita

#### **1. Data Subyektif**

##### **a. Biodata pasien**

Nama Pasien : Nn. L

Umur : 18 Tahun

Agama : Islam

Pendidikan : SMA

Pekerjaan : Belum Bekerja

Alamat : Tanjung Harapan

##### **b. Keluhan Utama**

Pasien datang dan mengatakan menstruasi hari pertama sakit dan kram di perut.

##### **c. Riwayat Haid**

Pasien mengatakan terasa sakit dan kram di perut pasien juga mengatakan mual, pasien mengatakan sedang menstruasi dan setiap menstruasi pasien mengatakan selalu merasakan sakit pada hari pertama sampai hari ketiga, pasien mengatakan tidak kuat menahan sakit karena sangat mengganggu.

HPHT : 23-01-2021  
Menarche : usia 12 tahun  
Siklus : 23- 29 hari  
Lama : 9 -10 Hari  
Banyaknya : 2-3 kali ganti pembalut perhari

d. Data dukung

Kuisioner pra survey dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang)

e. Riwayat Obstetri

Pasien mengatakan belum menikah

f. Riwayat Penyakit Keluarga

Pasien mengatakan keluarga tidak ada penyakit serius

g. Riwayat yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi

Pasien mengatakan tidak ada penyakit serius pada organ reproduksi seperti infeksi rahim, kista atau polip, dan tumor sekitar kandungan.

h. Pola kebiasaan sehari-hari

1) Nutrisi

Makan : makan 2-4 kali sehari dengan porsi sedang

Jenis : nasi, lauk-pauk, dan makanan junkfood (*chicken*), serta makanan pedas.

Minum : 4 - 5 gelas setiap hari

2) Aktifitas : pasien mengatakan jarang berolahraga

3) Eliminasi : seperti biasa tidak ada masalah

## 2. Data Obyektif

### a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : baik  
BB : 56 kg  
TD : 110/70 mmhg  
N : 80x/menit  
R : 20x/menit  
S : 37 °C

### b. Pemeriksaan Fisik

Kepala dan wajah : normal tidak ditemukan kelainan, wajah sedikit pucat  
Leher : tidak ada pembesaran kelenjar tiroid  
Payudara : simteris tidak ada benjolan massa  
Abdomen : tidak ada luka bekas operasi  
Ekstremitas  
Reflek : (+) kanan kiri  
Varises : Tidak ada  
Odema : Tidak ada

## 3. Analisis

- a. Diagnosa : Nn. L dengan dismenore
- b. Masalah : sering makan-makanan pedas dan jungfood serta kurang aktifitas berolahraga
- c. Kolaborasi : Ahli gizi

#### 4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan dikunjungan 1 disajikan pada tabel

**Tabel 1**  
**Lembar Implementasi Kunjungan Awal**

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu	Tindakan	Paraf	Waktu	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Beritahu hasil pemeriksaan kepada Nn.L	15.00 WIB	TD : 110/70mmhg N : 80x/menit R : 20x/menit S : 370 °C		15.00 WIB	Nn.L mengerti dengan keadaan nya	
2. Beritahu proses menstruasi dan nyeri haid	15.00 WIB	Menjelaskan kepada Nn.L, bahwa menstruasi merupakan suatu proses yang normal yang akan dialami setiap wanita subur. Hal ini biasanya diikuti oleh ketidaknyamanan yang timbul akibat perubahan kadar hormonal dalam tubuh		15.00 WIB	Nn.L sudah paham tentang menstruasi dan nyeri haid yang di alaminya	
3. KIE pola hidup sehat dengan menerapkan makan dengan nutrisi seimbang, olahraga dan istirahat yang cukup	15.02 WIB	a. Memberitahu pasien kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan dengan cara meningkatkan pola makan, makan dengan makanan yang bergizi dan seimbang, seperti zat besi yang terdapat pada sayur bayam, protein yang terdapat pada telur, daging ayam dan lain nya, vitamin C yang terdapat pada padi-padian, sayur, kacang. Serta asam folat dan vitamin B12 yang terdapat pada sayuran berwarna hijau dan sari buah jeruk, hati sapi, hati ayam dan kuning telur. b. Menganjurkan pasien untuk berolahraga ringan seperti berjalan atau melakukan sikap lilin dengan kaki		15.02 WIB	Nn. L sudah mengerti dan akan mengikuti yang disarankan	

		diletakan di tembok dan diarahkan keatas, olahraga ini dapat membantu mengurangi rasa nyeri. c. Menganjurkan pasien untuk istirahat dan tidur yang cukup 8-10 jam sehari.				
4. Beritahu Nn.L makanan yang dihindari untuk mengurangi gejala dismenore	15.15 WIB	Memberitahu untuk mengurangi makan junkfood dan makanan siap saji lainnya, kurangi juga makanan makanan yang mengandung EDTA misalnya bumbu salad, kerang kalengan dan beberapa buah sayuran yang diproses karena dapat mengurangi zat besi non-heme sebesar 50%		15.15 WIB	Nn.L akan mengikuti anjuran yang diberikan	
5. Berikan dukungan dan support mental	15.18 WIB	Berikan dukungan support mental dan dukungan pada pasien, sehingga pasien tidak merasa takut dalam menghadapi menstruasi		15.18 WIB	Nn.L sudah paham dan tidak khawatir atau takut dengan masa menstruasi yang dialami	
6. Berikan terapi analgetik, dan menganjurkan terapi alternative nonfarmakologi	15.18 WIB	a. Memberikan obat analgetik terapi (molic: asam mefenamat 500 mg diminum 3x sehari peroral, atau jika sakit saja) b. Memberikan terapi alternative nonfarmakologi, kompres panas dan olahraga teratur		15.18 WIB	Nn.L sudah mengerti dan akan mengikuti saran untuk mengurangi rasa sakit baik terapi alternative maupun terapi analgetik	
7. Beritahu Nn.L bahwa besok akan ada kunjungan untuk melakukan olahraga agar mengurangi sakit dismenore	15.19 WIB	Memberitahu Nn.L besok akan ada kunjungan pukul 09.00 untuk diajarkan senam ringan untuk mengurangi dismenore setiap menstruasi.		15.19 WIB	Nn.L bersedia	

## **B. Catatan Perkembangan I**

Tanggal : 24 Januari 2021

Jam : 09.00 WIB

### **1. Data Subyektif**

- a. Nn.L mengatakan masih sakit di bagian perut, terasa mulas dan kram, namun tidak sesakit kemarin
- b. Nn.L mengatakan sudah mengikuti anjuran yang kemarin.
- c. Nn.L mengatakan sikap lilin membuat pasien nyaman

### **2. Data Obyektif**

TD : 110/70 mmhg

N : 78x/ menit

R : 18x/menit

S : 36.6 °C

Pemeriksaan fisik : tidak dilakukan

### **3. Analisis**

- a. Diagnosa : Nn.L dengan dismenore
- b. Masalah : sering makan-makanan pedas dan jungfood, serta kurang aktifitas berolahraga
- c. Kolaborasi : ahli gizi

#### 4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan dikunjungan 2 disajikan pada tabel

**Tabel 2**  
**Lembar Implementasi Catatan Perkembangan I**

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu	Tindakan	Paraf	Waktu	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Beritahu kondisi Nn.L	09.00 WIB	TD : 110/70mmhg N : 78x/menit R : 18x/menit S : 36,60		09.00 WIB	Nn.L mengerti keadaan nya sekarang	
2. Beritahu Nn.L manfaat olahraga untuk mengurangi nyeri dismenore primer	09.00 WIB	Memberitahu bahwa Olahraga meningkatkan pasokan darah ke organ reproduksi sehingga memperlancar peredaran darah, olahraga teratur seperti berjalan kaki, jogging, berlari, bersepeda, renang atau senam aerobik dapat memperbaiki kesehatan secara umum dan membantu menjaga siklus menstruasi yang teratur. Olahraga setidaknya di lakukan tiga hingga empat kali dalam seminggu khusus nya selama paruh kedua siklus menstruasi.		09.00 WIB	Nn.L mengerti dan akan mengikuti saran yang dianjurkan	
3. Ajarkan olahraga senam dismenore untuk mengurangi sakit dismenore	09.03 WIB	Mengajarkan Langkah – langkah senam dismenore terlampir di lampiran		09.03 WIB	Nn.L siap	
4. Kunjungan ulang	09.40 WIB	memberitahu Nn.L besok akan ada kunjungan ulang kembali untuk mengetahui kondisi pasien pada pukul 11.00 wib		09.40 WIB	Nn.L bersedia	

### C. Catatan Perkembangan II

Tanggal : 25 Januari 2021

Jam : 11.00 Wib

#### 1. Data Subyektif

- a. Nn. L mengatakan nyeri hanya sedikit
- b. Nn. L mengatakan tidak mual lagi
- c. Nn. L mengatakan sudah mengikuti anjuran menjaga pola makan dan melakukan senam
- d. Nn. L mengatakan menstruasi nya lancar

#### 2. Data Obyektif

TD : 120/70 mmhg  
R : 19x/menit  
N : 78x/menit  
S : 37<sup>0</sup>C  
Pemeriksaan fisik : tidak dilakukan

#### 3. Analisis

- a. Diagnosa : Nn.L dengan dismenore
- b. Masalah : sering makan-makanan pedas dan junkfood serta kurang aktifitas berolahraga
- c. Kolaborasi : Ahli gizi

#### 4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan dikunjungan 3 disajikan pada tabel

**Tabel 3**  
**Lembar Implementasi Catatan Perkembangan II**

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu	Tindakan	Paraf	Waktu	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Beritahun kondisi Nn.L	11.00 WIB	TD : 120/70mmhg R : 19x/menit N : 7 8x/menit S : 37°C		11.00 WIB	Nn.L mengerti keadaannya	
2. Beritahu Nn.L Tetap menjaga pola makan yang sehat	11.00 WIB	Memberitahu Nn.L tetap menjaga pola makan yang sehat selama menstruasi, kurangi makan junkfood dan pedas		11.00 WIB	Nn.L menjaga pola makan dengan baik	
3. Beritahu Nn.L untuk tetap melakukan senam	11.02 WIB	Memberitahu Nn.L untuk terus melakukan senam setiap terasa sakit agar saat menstruasi selanjutnya tidak terjadi rasa nyeri dan lakukan olahraga ringan seminggu 4 kali		11.02 WIB	Nn.L mengikuti anjuran dengan baik	
4. Beritahu Nn.L untuk rileks dengan melakukan aktifitas ringan	11.02 WIB	Memberitahu Nn.L untuk tidak stres dan tetap rileks karena stres dapat menyebabkan nyeri Nn.L bisa melakukan aktifitas ringan yang sudah diajarkan jika terasa nyeri kembali.		11.02 WIB	Nn.L akan selalu mengikuti anjuran	
5. Beritahu Nn.L bulan depan jika sudah akan datang menstruasi segera menghubungi	11.03 WIB	memberitahu Nn.L akan kunjungan ulang pada bulan depan saat menstruasi Nn.L dianjurkan untuk menghubungi		11.03 WIB	Nn.L akan menghubungi saat menstruasi pada bulan depan	

## D. Catatan Perkembangan III

Tanggal : 25 Febuari 2021

Jam : 10.00 wib

### 1. Data Subyektif

- a. Nn. L mengatakan menstruasi hari pertama
- b. Nn. L mengatakan sudah melakukan senam
- c. Nn. L mengatakan sudah mengikuti anjuran yang kemarin untuk hidup sehat, seperti makanan yang sehat dan istirahat yang cukup dan olahraga teratur.
- d. Nn. L mengatakan nyeri nya ringan tetapi bisa melakukan aktifitas seperti biasa

### 2. Data Obyektif

TD : 120/70 mmhg  
N : 79x/ menit  
R : 19x/menit  
S : 37<sup>0</sup>C  
Pemeriksaan fisik : tidak dilakukan

### 3. Analisis

- a. Diagnosa : Nn. L dengan dismenore
- b. Masalah : sering makan-makanan pedas dan jungfood serta kurang aktifitas berolahraga
- c. Kolaborasi : Ahli gizi

#### 4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan dikunjungan 4 disajikan pada tabel

**Tabel 4**  
**Lembar Implementasi Catatan Perkembangan III**

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu	Tindakan	Paraf	Waktu	Evaluasi tindakan	Paraf
1. Beritahu kondisi Nn.L	09.00 WIB	TD : 120/70 mmhg N : 79x/menit R : 19x/menit S : 37°C		09.00 WIB	Nn.L mengerti keadaannya sekarang	
2. Evaluasi pelaksanaan gerakan senam	09.00 WIB	Melakukan evaluasi gerakan senam pada Nn.L dalam melakukan senam Nn. L sudah baik hanya saja masih ada posisi-posisi senam yang kurang tepat dan perlu diperbaiki.		09.00 WIB	Nn.L akan memperbaiki dan akan melakukan senam sebaik mungkin	
3. Beritahu pada Nn.L untuk selalu hidup sehat dengan makanan yang sehat, istirahat yang cukup dan olahraga teratur.	09.30 WIB	Mengingatkan kembali Nn.L untuk tetap menjalankan pola hidup yang sehat seperti makanan yang sehat, tidur yang cukup dan olahraga.		09.30 WIB	Nn.L sudah menerapkan pola hidup sehat dengan sangat baik	
4. Kunjungan ulang	09.31 WIB	Memberitahu Nn.L besok akan ada kunjungan ulang kembali untuk mengetahui kondisi pasien pada pukul 01.00 Wib		09.31 WIB	Nn.L bersedia	

## **E. Catatan Perkembangan IV**

Tanggal : 04 Maret 2021

Jam : 09.30 Wib

### **1. Data Subyektif**

- a. Nn. L mengatakan sudah selesai menstruasi
- b. Nn. L mengatakan nyeri pada hari kedua dan ketiga sudah tidak terasa
- c. Nn. L mengatakan akan selalu mengikuti anjuran yang kemarin untuk hidup sehat, seperti makanan yang sehat dan istirahat yang cukup serta olahraga teratur.
- d. Nn. L mengatakan senam membuat nya bisa mengurangi rasa nyeri saat menstruasi dan pasien sangat senang.

### **2. Data Obyektif**

TD : 120/80 mmhg

N : 80x/ menit

R : 18x/menit

S : 37<sup>0</sup>C

Pemeriksaan fisik : tidak dilakukan

### **3. Analisis**

- a. Diagnosa : Nn.L dengan desminore
- b. Masalah : sering makan-makanan pedas dan jungfood serta kurang aktifitas berolahraga
- c. Kolaborasi : Ahli gizi

### **4. Penatalaksanaan**

Penatalaksanaan dikunjungi 4 disajikan pada tabel

**Tabel 5**  
**Lembar Implementasi Catatan Perkembangan IV**

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu	Tindakan	Paraf	Waktu	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Beritahu kondisi Nn.L	09.00 WIB	TD : 120/70mmhg N : 79xmenit R : 19x/menit S : 37°C		09.00 WIB	Nn.L mengerti keadaanya	
2. Ajarkan kembali gerakan senam	09.00 WIB	Mengingatn kembali Langkah – langkah senam terlampir di lampiran		09.00 WIB	Nn.L bersedia	
3. Berikan pujian pada Nn.L	09.35 WIB	memberikan pujian kepada Nn.L karena sudah melakukan senam secara rutin sehingga saat menstruasi berikutnya intensitas nyeri menjadi berkurang, dan sudah mengikuti anjuran pola hidup yang sehat dengan menerapkan makan teratur dengan gizi seimbang, olahraga tertaur.		09.35 WIB		
4. Beritahu Nn.L untuk selalu menjalankan pola hidup sehat dengan makanan yang sehat, istirahat yang cukup dan olahraga yang teratur.	09.37 WIB	Mengingatn kembali Nn.L untuk tetap menjalankan pola hidup yang sehat seperti makanan yang sehat, tidur yang cukup dan olahraga.		09.37 WIB	Nn.L akan selalu menerapkan pola hidup yang sehat agar terhindar dari segala penyakit	