

BAB III
ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN
DENGAN NYERI PUNGGUNG

A. Kunjungan Awal

Tempat Pengkajian : PMB HANI CAHYA RANI HS, Amd.,Keb

Tanggal Pengkajian : 13 Februari 2020

Jam Pengkajian : 10:30 WIB

Pengkaji : Muly Izati Faisal

1. Data Subyektif

a. Identitas

Nama	: Ny. P	Nama	: Tn. K
Umur	: 22 tahun	Umur	: 25 tahun
Agama	: Islam	Agama	: Islam
Suku	: Jawa	Suku	: Jawa
Pendidikan	: SMP	Pendidikan	: SMA
Pekerjaan	: IRT	Pekerjaan	: Karwayan Toko
Alamat	: Ketapang	Alamat	: Ketapang

b. Keluhan Utama

Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya dan merasakan panas serta nyeri pada bagian punggung.

c. Riwayat Menstruasi

HPHT	: 03-07-2019
TP	: 10-04-2020

Siklus : 28 hari

Masalah yang pernah dialami : Tidak ada

d. Riwayat Perkawinan

Perkawinan ke : 1 (satu)

Usia saat kawin sekarang : 21 tahun

Lama perkawinan : 1 tahun

e. Riwayat Kehamilan, Persalinan, dan Nifas yang Lalu

Saat ini merupakan kehamilan yang pertama, ibu tidak pernah mengalami keguguran.

f. Riwayat Kehamilan Saat Ini

Kunjungan pertama : pada usia kehamilan 8 minggu

Masalah yang dialami saat ini : ibu mengatakan merasakan panas dan nyeri pada bagian punggung terutama ketika ibu beraktifitas. Pada pengakajian melalui skala analog visual ibu memilih angka 5 yaitu nyeri sedang, nyeri yang dialami ibu hilang timbul dan terjadi sejak kurang lebih 8 hari yang lalu.

g. Riwayat Imunisasi

TT 1 dan TT 2

h. Riwayat Penyakit / Operasi yang Lalu

Ibu mengatakan tidak pernah operasi

i. Riwayat yang Berhubungan dengan Masalah Kesehatan Reproduksi

Ibu mengatakan tidak pernah ada gangguan, seperti : ibu tidak memiliki masalah haid, dan ibu tidak memiliki kista.

j. Riwayat Penyakit Keluarga

Ibu tidak memiliki riwayat penyakit menular atau keturunan seperti : TBC, hepatitis, penyakit menular seksual (PMS), gatal-gatal, hipertensi dan asma.

k. Riwayat KB

Ibu mengatakan belum pernah menggunakan alat kontrasepsi

l. Data Psikososial

Ibu mengatakan kehamilan di inginkan. Ibu mengatakan bahwa ibu dan suami menginginkan janin yang dikandung ibu berjenis kelamin laki-laki. Namun, apapun hasilnya tetap ibu dan suami syukuri. Ibu berencana akan melahirkan di Bidan Praktik Mandiri. Ibu sudah memiliki kartu kesehatan, yakni BPJS.

m. Pemenuhan Kebutuhan Sehari-Hari

Nutrisi : Ibu makan 3x sehari dengan porsi sedang, ibu makan makanan tambahan seperti kue dan biskuit. Ibu minum 8 sampai 9 gelas perhari.

Eliminasi : Ibu BAB 1x sehari, dan ibu BAK $\pm$ 5x sehari.

2. Data Obyektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : baik

Kesadaran : *composmentis*

TD : 110/90 *mmhg*

Nadi : 78 x/m

Suhu : 37°C

RR : 20 x/m

BB sebelum hamil: 49 kg

BB sesudah hamil : 58 kg

TB : 155 *cm*

LILA : 27cm

$$\begin{aligned} \text{IMT} &: \frac{\text{BB (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{tinggi badan (m)}} \\ &= \frac{58 \text{ kg}}{1,55 \times 1,55} \\ &= 24,1 \end{aligned}$$

b. Pemeriksaan fisik

- 1) Wajah : tidak kemerahan, tidak oedem, tidak ada luka
- 2) Mata : konjungtiva merah muda, sklera putih
- 3) Leher : tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid
- 4) Payudara : simetris, aerola bersih, puting susu menonjol, tidak terdapat benjolan, air susu ibu (ASI) belum keluar
- 5) Abdomen : simetris, tidak ada luka operasi, terdapat linea nigra.

6) Pemeriksaan Leopold

- a) Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting yang berarti bokong.
- b) Leopold II : pada perut kanan ibu teraba keras dan panjang seperti papan yang berarti punggung. Pada perut kiri ibu teraba bagian-bagian kecil yang berarti ekstremitas.
- c) Leopold III : teraba bulat, keras, dan melenting yang berarti kepala. Bagian terendah janin belum memasuki pintu atas panggul.
- d) Leopold IV : konvergen
- e) TFU : 27cm
- f) TBJ : $(\text{TFU (dalam cm)} - 11) \times 155$
: $(27 - 11) \times 155: 16 \times 155 = 2480 \text{ gram}$
- g) DJJ : 144x/m
- h) Ekstremitas : tidak oedem, tidak ada keterbatasan gerak, tidak ada varises, reflek patella (+)
- i) Anogenetalia : bersih, tidak ada luka, tidak ada riwayat hemoroid

c. Pemeriksaan Penunjang

Hb : 11gr/dl

3. Assesment

Ny. P G₁P₀A₀ usia kehamilan 32 minggu janin tunggal hidup intrauteri dengan nyeri punggung

4. Planning

- a. Informasikan keadaan ibu dan janin
- b. Berikan Fe *preventif*
- c. Berikan edukasi tentang nyeri punggung
- d. Ajarkan cara kompres hangat
- e. Ajarkan senam hamil
- f. Lakukan kunjungan ke rumah ibu

Tabel 2
Lembar Implementasi

Waktu (Tanggal/Jam)	Kegiatan	Paraf
13 Februari 2020 10.45 WIB	1. Menginformasikan kepada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu dan janin baik. TD: 110/90 mmHg, N: 78 x/menit, RR : 20x/menit, S: 37°C, DJJ : 144x/menit	
10.50 WIB	2. Memberikan ibu tablet Fe 30 butir, di minum 1 tablet/hari pada malam hari.	
10.55 WIB	3. Memberikan edukasi tentang nyeri punggung Nyeri punggung yang ibu alami adalah hal yang biasa terjadi pada trimester III, tetapi hal tersebut harus mendapatkan penanganan yang tepat agar ibu merasa nyaman pada saat masa kehamilan dan tidak mengurangi kualitas tidur ibu. Nyeri punggung yang ibu alami dapat di karenakan bertambahnya berat badan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdiri, peningkatan hormon relaksin, postur tubuh yang condong ke arah depan, atau riwayat nyeri terdahulu.	
11.10 WIB	4. Mengajarkan cara kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung yang ibu rasakan. Ibu dapat mengompres menggunakan kain yang telah di basahi menggunakan air hangat, peras terlebih dahulu, kemudian tempelkan kain pada bagian punggung yang terasa nyeri. Ibu juga bisa menggunakan botol yang terbuat dari kaca dan diisi air hangat kemudian tempelkan botol pada bagian punggung yang terasa nyeri selama 15-20 menit.	
11.20 WIB	5. Mengajarkan ibu senam hamil dengan tujuan untuk membuat tubuh segar dan bugar, membantu proses dalam persalinan, dan dapat mengurangi nyeri punggung yang ibu rasakan. Gerakan-gerakan senam hamil yang di ajarkan diantaranya : a. <i>Sukasana</i> Posisi duduk yang mudah, nyaman dan rileks, digunakan selama melakukan senam dan praktek meditasi. Pose ini	

11.50 WIB	dapat digunakan setiap kali ingin bersantai dan mengambil nafas untuk beberapa saat. b. <i>Malasana</i> Duduk jongkok dengan kaki yang di buka lebar dengan posisi tangan melurus ke depan, siku tangan berada di antara kaki, saat menghirup nafas panjangkan tulang belakang dan buka dada saat menghembuskan nafas, dorong siku dan buat kaki lebih lebar. c. <i>Baddha konasana</i> Posisi duduk bersila dengan memegang kedua ujung jari kaki, punggung lurus. d. <i>Virabhadrasana II</i> Berdiri dengan kaki lebar. Lutut membentuk sudut 90 derajat, dan kaki lurus. Angkat lengan sejajar dengan lantai, menjangkau dari ujung jari ke ujung jari. e. <i>Uthia parshvakonasana</i> Dari posisi berdiri, lebarkan kaki kanan ke samping membentuk sudut 90 derajat, kaki kanan lurus ke samping, siku tangan kiri menyentuh lutut kiri, tangan kanan di angkat ke atas, regangkan otot pinggang dan perut, tahan beberapa saat, dan ulangi dengan arah yang berbeda. f. <i>Trikonasana</i> Berdiri tegak, regangkan kaki kanan dan kiri, letakkan genggaman tangan kiri hingga menyentuh pergelangan kaki kiri, angkat lengan kanan ke atas kepala. g. <i>Savasana</i> Berbaring miring ke kiri. Merentangkan tangan kanan menjauh dari tubuh senyaman mungkin, dan menutup mata, bernafas dengan tenang selama 3 samapai 5 menit. 6. Memberitahu ibu bahwa pada tanggal 20 Februari 2020 akan ada kunjungan kerumah	
Evaluasi Proses	Evaluasi hasil asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus kehamilan dengan nyeri punggung pada kunjungan I yaitu selama interaksi, ibu :	

	1. Ibu sudah memahami kondisinya dan sudah paham tentang nyeri punggung pada kehamilan. 2. Ibu menerima 30 butir tablet Fe, dan berjanji untuk meminum nya secara rutin setiap malam. 3. Ibu mampu melakukan kompres hangat dan berjanji untuk melakukan secara rutin. 4. Dalam melakukan senam hamil ibu masih di bimbing. 5. Pada saat kunjungan ibu beberapa kali menunjukkan raut wajah meringis menahan nyeri. 6. Ibu menyetujui kunjungan pada tanggal 20 Februari 2020	
--	--	--

B. Catatan Perkembangan I

Pada tanggal 20 Febuari 2020 Pukul 10.00 WIB

1. Data Subjektif

Ibu mengatakan rutin meminum 1 tablet Fe pada malam hari sebelum tidur. Ibu telah melakukan senam hamil 3x dalam seminggu, dengan durasi waktu 15 menit. Ibu telah melakukan terapi kompres hangat pada bagian punggung yang terasa nyeri selama 15-20 menit. Namun nyeri yang ibu rasakan belum berkurang.

2. Data Objektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : baik
Kesadaran : *composmentis*
TD : 110/90 mmHg
Nadi : 80 x/m
Suhu : 37,3°C

RR : 20 x/m

Skala nyeri : 5

b. Pemeriksaan fisik

1) Payudara : puting susu menonjol, aerola bersih, tidak ada benjolan, tidak ada massa, tidak ada nyeri tekan, air susu ibu (ASI) belum keluar.

2) Abdomen : simetris, tidak ada luka operasi, terdapat linea nigra

3) Pemeriksaan Leopold

Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting yang berarti bokong

Leopold II : pada perut kanan ibu teraba keras dan panjang seperti papan yang berarti punggung. Pada perut kiri ibu teraba bagian-bagian kecil yang berarti ekstremitas.

Leopold III : teraba bulat, keras, dan melenting yang berarti kepala. Bagian terendah janin belum masuk PAP

Leopold IV : konvergen

4) TFU : 27 cm

5) DJJ : 146 x/m

6) Ekstremitas : tidak oedem, tidak ada keterbatasan gerak, tidak varises, reflek patella (+)

3. Assesement

Diagnosa : Ny. P G₁P₀A₀ usia kehamilan 33 minggu janin tunggal
hidup intrauteri dengan nyeri punggung

4. Planning

- a. Jelaskan hasil pemeriksaan umum ibu
- b. Lakukan dan evaluasi kompres hangat yang telah diajarkan
- c. Lakukan dan evaluasi senam hamil yang telah diajarkan
- d. Anjurkan ibu menambah durasi senam hamil sebanyak 2 menit
- e. Alihkan perhatian pasien terhadap nyeri punggung yang dirasakan

Tabel 3
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan I

Waktu (Tanggal/Jam)	Kegiatan	Paraf
20 Februari 2020 10.10 WIB	1. Menjelaskan pada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu baik. <i>Vital sign</i> dalam batas normal.	
10.15 WIB	2. Melakukan dan mengevaluasi kompres hangat yang telah diajarkan.	
10.30 WIB	3. Melakukan dan mengevaluasi senam hamil yang telah diajarkan.	
10.45 WIB	4. Ibu akan menambah durasi senam hamil sebanyak 2 menit.	
10.50 WIB	5. Mengajarkan ibu untuk mengalihkan rasa nyeri yang dirasakan. Ketika ibu merasakan nyeri ibu dapat mengalihkan nya dengan berzikir atau mendengarkan murotal Al-quran.	
11.00 WIB	6. Melakukan kunjungan ulang pada 27 Februari 2020	
Evaluasi Proses	Evaluasi hasil asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus kehamilan dengan nyeri punggung pada kunjungan II yaitu Selama interaksi, ibu: 1. Ibu memahami kondisinya. 2. Ibu mampu melakukan kompres hangat dan ibu sudah mengompres bagian punggung yang terasa nyeri menggunakan kompres hangat setiap hari. 3. Ibu mampu melakukan gerakan senam hamil dan ibu sudah melakukan senam hamil 3x dalam seminggu. 4. Ibu akan berusaha untuk berzikir atau mendengarkan murotal Al-quran ketika rasa nyeri muncul kembali. 5. Ibu menyepakati kunjungan ulang pada 27 Ferbruari 2020	

C. Catatan Perkembangan II

Pada tanggal 27 Febuari 2020 Pukul 10.05 WIB

1. Data Subjektif

Ibu mengatakan sudah melakukan kompres hangat selama 15-20 menit untuk mengurangi nyeri. Ibu melakukan senam hamil 3x dalam seminggu dengan durasi waktu 17 menit. Ibu sudah mengalihkan rasa nyeri dengan berzikir. Nyeri yang ibu rasakan sudah berkurang.

2. Data Objektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : baik
Kesadaran : composmentis
TD : 120/80 *mmHg*
Nadi : 78 x/m
Suhu : 36,7°C
RR : 20 x/m
Skala nyeri : 4

b. Pemeriksaan fisik

1) Payudara : puting susu menonjol, aerola bersih, tidak ada benjolan, tidak ada massa, tidak ada nyeri tekan, air susu ibu (ASI) sudah keluar.
2) Abdomen : simetris, tidak ada luka operasi, terdapat linea nigra

3) Pemeriksaan Leopold

- Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting yang berarti bokong
- Leopold II : pada perut kanan ibu teraba keras dan panjang seperti papan yang berarti punggung. Pada perut kiri ibu teraba bagian-bagian kecil yang berarti ekstremitas.
- Leopold III : teraba bulat, keras, dan melenting yang berarti kepala. Bagian terendah janin belum masuk PAP
- Leopold IV : konvergen
- 4) TFU : 27 cm
- 5) DJJ : 145 x/m
- 6) Ekstremitas : tidak oedem, tidak ada keterbatasan gerak, tidak varises, reflek patella (+)

3. Assesement

Diagnosa : Ny. P G₁P₀A₀ usia kehamilan 34 minggu janin tunggal hidup intrauteri dengan nyeri punggung

4. Planning

- Jelaskan hasil pemeriksaan umum ibu
- Lakukan dan evaluasi kompres hangat yang telah diajarkan
- Lakukan dan evaluasi senam hamil yang telah diajarkan
- Evaluasi penambahan durasi senam
- Evaluasi pengalihan rasa nyeri
- Ajarkan perawatan payudara

Tabel 4
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan II

WaAktu (Tanggal/Jam)	Kegiatan	Paraf
27 Februari 2020 10.10 WIB	1. Menjelaskan pada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu baik. <i>Vital sign</i> dalam batas normal.	
10.15 WIB	2. Melakukan dan mengevaluasi kompres hangat yang telah di ajarkan.	
10.30 WIB	3. Melakukan dan mengevaluasi senam hamil yang telah diajarkan.	
10.47 WIB	4. Mengevaluasi penembahan durasi senam hamil. Ibu telah nenambah durasi senam hamil sebanyak 2 menit.	
10.52 WIB	5. Mengevaluasi pengalihan rasa nyeri. Ibu telah mengalihkan rasa nyeri dengan berdzikir.	
11.03 WIB	6. Mengajarkan cara perawatan payudara a. Kompres puting susu sampai bagian <i>aerola mammae</i> dengan kapas yang telah dibasahi minyak kelapa/<i>baby oil</i> selama 2-3 menit. Tahap ini bertujuan untuk memperlunak kotoran/kerak yang menempel pada puting susu sehingga mudah untuk dibersihkan. b. Olesi ibu jari dan jari telunjuk dengan minyak kelapa/<i>baby oil</i>. c. Letakkan ibu jari dan jari telunjuk di sekitar puting susu. Lakukan gerakan memutar ke arah dalam sebanyak 5-10 putaran dan lakukan gerakan memutar ke arah luar sebanyak 5-10 putaran untuk meningkatkan elastisitas puting susu. d. Tarik kedua puting susu sebanyak 5-10 kali. e. Olesi kedua telapak tangan dengan minyak kelapa/<i>baby oil</i>. f. Tangan kiri menyokong buah dada dan tangan kanan melakukan pengurutan dengan buku-buku jari mulai dari pangkal payudara menuju arah puting susu secara menyeluruh. Lakukan gerakan ini masing-masing sebanyak 20 kali.	

	g. Rangsang payudara dengan kompres air hangat dilanjutkan dengan kompres air dingin secara bergantian. Lakukan masing-masing sebanyak 5 kali. h. Keringkan payudara menggunakan handuk kering dan bersih. 7. Melakukan kunjungan ulang pada 05 Maret 2020	
Evaluasi Proses	Evaluasi hasil asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus kehamilan dengan nyeri punggung pada kunjungan III yaitu selama interaksi, ibu: 1. Ibu memahami kondisinya. 2. Ibu mampu melakukan kompres hangat dan ibu sudah mengompres bagian punggung yang terasa nyeri menggunakan kompres hangat setiap hari. 3. Ibu mampu melakukan gerakan senam hamil dan ibu sudah melakukan senam hamil 3x dalam seminggu. 4. Ibu mampu mengikuti cara perawatan payudara yang diajarkan, dan akan melakukannya setiap hari. 5. Ibu menyepakati kunjungan ulang pada 05 Maret 2020	

D. Catatan Perkembangan III

Pada tanggal 05 Maret 2020 Pukul 10.05 WIB

1. Data Subjektif

Ibu mengatakan sudah melakukan kompres hangat selama 15-20 menit untuk mengurangi nyeri. Ibu melakukan senam hamil 3x dalam seminggu dengan durasi waktu 17 menit. Ibu sudah melakukan perawatan payudara yang telah diajarkan setiap pagi sebelum mandi. Nyeri yang ibu rasakan sudah berkurang.

2. Data Objektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum	: baik
Kesadaran	: <i>composmentis</i>
TD	: 110/80 mmHg
Nadi	: 78 x/m
Suhu	: 37°C
RR	: 20 x/m
Skala nyeri	: 3

b. Pemeriksaan fisik

1) Payudara : puting susu menonjol, aerola bersih, tidak ada benjolan, tidak ada massa, tidak ada nyeri tekan, air susu ibu (ASI) sudah keluar.

2) Abdomen : simetris, tidak ada luka operasi, terdapat linea nigra

3) Pemeriksaan leopold

Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting yang berarti bokong

Leopold II : pada perut kanan ibu teraba keras dan panjang seperti papan yang berarti punggung. Pada perut kiri ibu teraba bagian-bagian kecil yang berarti ekstremitas.

Leopold III : teraba bulat, keras, dan melenting yang berarti kepala. Bagian terendah janin belum masuk PAP

- Leopld IV : konvergen
- 4) TFU : 27 cm
- 5) DJJ : 140 x/m
- 6) Ekstremitas : tidak oedem, tidak ada keterbatasan gerak, tidak varises, reflek patella (+)

3. Assesement

Diagnosa : Ny. P G₁P₀A₀ usia kehamilan 35 minggu janin tunggal hidup intrauteri dengan nyeri punggung

4. Planning

- a. Jelaskan hasil pemeriksaan umum ibu
- b. Lakukan dan evaluasi kompres hangat yang telah diajarkan
- c. Lakukan dan evaluasi senam hamil yang telah diajarkan
- d. Anjurkan ibu menambah durasi senam sebanyak 2 menit
- e. Lakukan dan evaluasi perawatan payudara yang telah diajarkan
- f. Ajarkan teknik menyusui yang benar

Tabel 5
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan III

Waktu (Tanggal/Jam)	Kegiatan	Paraf
05 Maret 2020 10.10 WIB	1. Menjelaskan pada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu baik. <i>Vital sign</i> dalam batas normal.	
10.15 WIB	2. Melakukan dan mengevaluasi kompres hangat yang telah diajarkan.	
10.30 WIB	3. Melakukan dan mengevaluasi senam hamil yang telah diajarkan.	
10.47 WIB	4. Menganjurkan ibu menambah durasi senam sebanyak 2 menit.	
10.52 WIB	5. Melakukan dan mengevaluasi cara perawatan payudara yang telah diajarkan.	
11.02 WIB	6. Mengajarkan teknik menyusui yang benar. a. Duduk tegak dengan punggung lurus, pangkuan rata, kaki di pijakan rata. b. Ibu bisa menggunakan bantal untuk menjaga berat bayi dan agar bayi sejajar payudara. c. Gendong bayi dengan lengan kanan bila menyusui dengan payudara kiri (dan sebaliknya). Kepala, leher, dan punggung bayi dalam posisi lurus, dengan kepala agak terangkat ke belakang. d. Dukung pangkal leher dan kepala bayi agar leluasa bergerak ke belakang saat menengadah. e. Angkat bayi agar hidungnya sejajar dengan puting susu. f. Sentuh mulut bayi menggunakan puting ibu dengan lembut. Tunggu sampai bayi membuka lebar mulutnya. g. Saat mulutnya terbuka lebar, segera masukkan puting susu ibu secara perlahan.	
11.17 WIB	7. Melakukan kunjungan ulang pada 12 Maret 2020	
Evaluasi Proses	Evaluasi hasil asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus kehamilan dengan nyeri punggung pada kunjungan IV yaitu selama interaksi, ibu: 1. Ibu memahami kondisinya. 2. Ibu mampu melakukan kompres hangat dan ibu sudah mengompres bagian punggung	

	yang terasa nyeri menggunakan kompres hangat setiap hari. 3. Ibu mampu melakukan gerakan senam hamil dan ibu sudah melakukan senam hamil 3x dalam seminggu. 4. Ibu akan menambah durasi senam sebanyak 2 menit. 5. Ibu mampu melakukan gerakan perawatan payudara yang diajarkan, ibu sudah melakukan perawatan payudara setiap hari pada pagi hari sebelum mandi. 6. Ibu mampu melakukan gerakan teknik menyusui yang benar. 7. Ibu menyepakati kunjungan ulang pada 12 Maret 2020	
--	---	--

E. Catatan Perkembangan IV

Pada tanggal 12 Maret 2020 Pukul 10.0 WIB

1. Data Subjektif

Ibu mengatakan sudah melakukan kompres hangat selama 15-20 menit untuk mengurangi nyeri. Ibu melakukan senam hamil 3x dalam seminggu dengan durasi waktu 19 menit. Ibu sudah melakukan perawatan payudara yang telah di ajarkan setiap pagi sebelum mandi. Ibu sudah melakukan latihan teknik menyusui yang telah di ajarkan. Nyeri yang ibu rasakan sudah berkurang.

2. Data Objektif

a. Pemeriksaan umum

Keadaan umum : baik

Kesadaran : *composmentis*

TD : 110/80 mmHg

Nadi : 78 x/m

Suhu : 37,1 °C

RR : 20 x/m

Skala nyeri : 2

b. Pemeriksaan fisik

1) Payudara : puting susu menonjol, aerola bersih, tidak ada benjolan, tidak ada massa, tidak ada nyeri tekan, air susu ibu (ASI) sudah keluar.

2) Abdomen : simetris, tidak ada luka operasi, terdapat linea nigra

3) Pemeriksaan Leopold

Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting yang berarti bokong

Leopold II : pada perut kanan ibu teraba keras dan panjang seperti papan yang berarti punggung. Pada perut kiri ibu teraba bagian-bagian kecil yang berarti ekstremitas.

Leopold III : teraba bulat, keras, dan melenting yang berarti kepala. Bagian terendah janin belum masuk PAP

Leopold IV : konvergen

4) TFU : 28 cm

5) DJJ : 148 x/m

6) Ekstremitas : tidak oedem, tidak ada keterbatasan gerak, tidak varises, refleksi patella (+)

3. Assesement

Diagnosa : Ny. P G₁P₀A₀ usia kehamilan 36 minggu janin tunggal
hidup intrauteri dengan nyeri punggung

4. Planning

- a. Jelaskan hasil pemeriksaan umum ibu
- b. Lakukan dan evaluasi kompres hangat yang telah diajarkan
- c. Lakukan dan evaluasi senam hamil yang telah diajarkan
- d. Evaluasi penambahan durasi senam hamil
- e. Lakukan dan evaluasi cara perawatan payudara yang telah diajarkan
- f. Lakukan dan evaluasi teknik menyusui yang telah diajarkan
- g. Jelaskan persiapan persalinan
- h. Jelaskan tanda awal persalinan
- i. Anjurkan ibu untuk tetap melakukan kompres hangat dan senam hamil.

Tabel 6
Lembar Implementasi Catatan Perkembangan IV

Waktu (Tanggal/Jam)	Kegiatan	Paraf
12 Maret 2020 10.10 WIB	1. Menjelaskan pada ibu dan keluarga bahwa keadaan ibu baik. <i>Vital sign</i> dalam batas normal.	
10.15 WIB	2. Melakukan dan mengevaluasi kompres hangat yang telah diajarkan.	
10.30 WIB	3. Melakukan dan mengevaluasi senam hamil yang telah diajarkan.	
10.49 WIB	4. Mengevaluasi penambahan durasi senam hamil. Ibu telah menambah durasi senam hamil sebanyak 2 menit.	
10.54 WIB	5. Melakukan dan mengevaluasi cara perawatan payudara yang telah diajarkan.	
10.10 WIB	6. Melakukan dan mengevaluasi teknik menyusui yang telah diajarkan.	
11.20 WIB	7. Menjelaskan persiapan persalinan. a. Menentukan penolong persalinan Menyampaikan kepada ibu untuk menentukan tenaga medis yang akan menolong persalinan, sehingga ketika ibu sudah merasakan tanda awal persalinan dapat langsung mengunjungi tenaga medis yang telah di pilih. b. Menyiapkan dana persalinan Menanyakan kepada ibu akan menggunakan fasilitas kesehatan yang telah di miliki atau menggunakan dana yang telah di siapkan. c. Menyiapkan kendaraan Menyampaikan kepada ibu untuk menentukan fasilitas kendaraan yang akan digunakan saat persalinan. d. Memilih metode KB setelah melahirkan Menjelaskan kepada ibu beberapa metode KB untuk menjaga jarak kelahiran. 1) Pil Ibu harus meminumnya setiap hari pada waktu yang sama. Oleh karenanya dibutuhkan kedisiplinan yang tinggi jika ibu menggunakan kontrasepsi jenis ini. Penggunaan pada bulan pertama mungkin akan menimbulkan beberapa efek samping, misalnya mual, muntah, kenaikan berat badan, dan sakit kepala.	

	Kelebihan dari kontrasepsi ini adalah tidak mempengaruhi kesuburan, sehingga jika ibu meminumnya dalam jangka waktu yang lama, ibu tetap bisa hamil jika berhenti meminumnya. Pil KB juga dapat mengatasi berbagai gangguan kesehatan seperti masalah nyeri haid, mencegah kurang darah, dan mencegah kanker. Kekurangan pil KB adalah tidak semua bisa digunakan pada ibu menyusui (terutama pil KB dengan hormon kombinasi progesteron dan estrogen) dapat menghentikan produksi air susu ibu (ASI). 2) Suntik KB Ibu bisa melakukan suntik KB setiap 1 bulan atau 3 bulan sekali. Suntik KB aman digunakan bagi wanita menyusui setelah 6 minggu pasca persalinan. Efek samping yang biasa terjadi adalah keluar flek-flek, perdarahan ringan diantara dua masa haid, sakit kepala, dan kenaikan berat badan. Jika ibu menghentikan penggunaannya, ibu dapat hamil segera. 3) Susuk KB Ada beberapa jenis susuk yang masa penggunaannya berbeda. Susuk 1 dan 2 batang bisa digunakan selama 3 tahun, sedangkan susuk 6 batang digunakan selama 5 tahun. Susuk KB aman digunakan wanita menyusui dan dapat dipasang 6 minggu pasca persalinan. Efek samping yang biasanya terjadi adalah perubahan pola haid, perdarahan ringan diantara dua masa haid, keluar flek-flek, tidak haid, dan sakit kepala. 4) Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) Alat kontrasepsi dalam rahim (AKDR) dapat digunakan selama 8 tahun. Efek samping yang mungkin ditimbulkan antara lain masa haid lebih lama dan banyak, serta terdapat kemungkinan terjadi infeksi panggul. 5) Kondom Selain mencegah kehamilan, kondom juga dapat mencegah terjadinya infeksi HIV/AIDS.	
--	---	--

	e. Menyiapkan pendonor darah Menyampaikan kepada ibu untuk menyiapkan pendonor darah yang sesuai dengan golongan darah nya. 8. Menjelaskan tanda awal persalinan a. Perut mulas-mulas yang teratur, timbulnya semakin sering dan semakin lama b. Keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir atau keluar cairan ketuban dari jalan lahir. 9. Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan kompres hangat ketika nyeri muncul, dan tetap melakukan senam hamil 3x dalam seminggu dengan menambahkan durasi sebanyak 2 menit setiap 2 minggu.	
Evaluasi Proses	Evaluasi hasil asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus kehamilan dengan nyeri punggung pada kunjungan IV yaitu selama interaksi, ibu: 1. Ibu memahami kondisinya. 2. Ibu mampu melakukan kompres hangat dan ibu sudah mengompres bagian punggung yang terasa nyeri menggunakan kompres hangat setiap hari. 3. Ibu mampu melakukan gerakan senam hamil dan ibu sudah melakukan senam hamil 3x dalam seminggu. 4. Ibu mampu melakukan perawatan payudara yang diajarkan, dan sudah melakukannya setiap pagi hari sebelum mandi. 5. Ibu mampu melakukan teknik menyusui yang diajarkan dan telah melakukan latihan 2x dalam seminggu. 6. Ibu mengerti persiapan persalinan yang dijelaskan dan akan mendiskusikan dengan suami terlebih dahulu. 7. Ibu mengerti tentang tanda awal persalinan. 8. Ibu berjanji akan tetap melakukan kompres hangat ketika nyeri muncul kembali dan tetap melakukan senam hamil.	