

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG  
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO**

Laporan Tugas Akhir,

Rara Yunisa : 2015471057

Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Dengan Nyeri Punggung Bawah Di TPMB  
D Kecamatan Pagar Dewa Kabupaten Tulang Bawang Barat.

xv. 59 Halaman, 4 Tabel, 5 Gambar, 7 Lampiran

**RINGKASAN**

Nyeri punggung merupakan kejadian yang sering terjadi pada ibu hamil dan akan meningkat keluhannya saat ibu memasuki trimester III. Nyeri tersebut dikarenakan bertambahnya berat badan ibu, hormon relaksin yang meningkat dan aktivitas ibu yang berlebih. Setelah dilakukan pengkajian terhadap Ny. A didapatkan data subjektif ibu mengatakan nyeri pada bagian punggung dengan skala nyeri 6 (nyeri sedang), data objektif ada nyeri pada bagian punggung bawah, ibu tampak memegang punggung. Hasil pengkajian didapatkan diagnosa kasus Ny. A G1P0A0 usia kehamilan 7,5 bulan dengan keluhan nyeri punggung yang hilang timbul saat beraktivitas. Berdasarkan diagnosa yang diperoleh direncanakan untuk memberikan asuhan kebidanan kehamilan dengan menganjurkan ibu untuk menjaga posisi tubuh, istirahat yang cukup, mengurangi aktivitas, mengompres punggung dengan air hangat, menggosok punggung, dan senam hamil.

Pelaksanaan asuhan dimulai pada tanggal 13 maret sampai 05 april 2023 sebanyak 4 kali kunjungan, ibu dianjurkan untuk menjaga posisi tubuhnya dan istirahat yang cukup serta mengajarkan dan melakukan kompres air hangat. Kunjungan kedua pada tanggal 22 maret 2023 ibu diajarkan gerakan senam hamil, nyeri Punggung skala 4. Kunjungan ketiga pada tanggal 29 Maret 2023 ibu dan suami diajarkan cara menggosok punggung dan melakukan kompres air hangat, nyeri punggung skala 3. Kunjungan keempat pada tanggal 05 Maret 2022 memotivasi ibu tetap menjaga posisi tubuhnya, senam hamil, kompres air hangat dan menggosok punggung, nyeri punggung mengalami penurunan menjadi skala 2.

Evaluasi setelah dilakukan kunjungan sebanyak 4 kali. Didapatkan hasil bahwa menjaga posisi tubuh (*body mechanic*), mengurangi aktivitas, menambah waktu istirahat, kompres air hangat, menggosok punggung, dan senam hamil dapat mengurangi nyeri dan berhasil meredakan nyeri punggung ibu. Pengukuran nyeri menggunakan skala analog visual semula ibu memilih angka 6 (nyeri sedang), berdasarkan kunjungan terakhir yang dilakukan ibu memilih angka 2 (nyeri ringan).

Simpulan berdasarkan pengkajian dan asuhan yang diberikan diperoleh hasil keluhan nyeri punggung yang dialami oleh Ny. A sudah berkurang. Saran yang diberikan untuk ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dapat diatasi dengan menjaga posisi tubuh, mengurangi aktivitas, istirahat yang cukup, kompres dengan air hangat, menggosok punggung, dan senam hamil.

Kata Kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung

Daftar Bacaan : 18 ( 2014 – 2022)