

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Laporan Tugas Akhir, Mei 2024**

Khonita Mir'atus Solehah
2115401065

Penerapan Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Terhadap Ny. E Di PMB Rahayu, S.Tr.Keb.,Bdn Kabupaten Lampung Selatan

xvii + 63 Halaman, 2 Tabel, 6 Gambar, 7 Lampiran

RINGKASAN

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. Nyeri punggung bawah pada kehamilan merupakan kondisi yang tidak mengenakkan akibat membesarnya rahim berpengaruh pada pusat gravitasi, membentang keluar dan melemahkan otot-otot abdomen, mengubah postur tubuh serta memberikan tekanan pada daerah punggung. Nyeri punggung dapat menghambat aktivitas ibu hamil. Ibu hamil dengan nyeri punggung akan kesulitan berjalan ketika nyeri sudah menjalar sampai ke pelvic. Apabila tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk disembuhkan.

Tujuan pengambilan studi kasus ini yaitu melakukan penerapan kompres hangat pada ibu dengan nyeri pada bagian punggung bawah ibu selama 15-20 menit dengan frekuensi satu kali dalam sehari untuk mengetahui apakah kompres hangat dapat mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan 7 langkah varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP di PMB Rahayu.

Metode yang dilakukan pada studi kasus yaitu penulis melakukan penerapan kompres hangat pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah yaitu Ny. E 23 tahun G2PIA0 Hamil 37 minggu di PMB Rahayu Lampung Selatan. Dalam pengambilan kasus menggunakan format asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan menggunakan manajemen 7 langkah Varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Teknik pengumpulan data dengan melakukan pengkajian secara verbal, pemeriksaan fisik, observasi dan dokumentasi.

Setelah dilakukan asuhan pada Ny. E dengan melakukan kompres hangat pada nyeri punggung bawah selama 5 hari yang dimulai pada tanggal 09-13 Februari 2024 dapat mengurangi nyeri punggung ibu. Hal ini dapat dilihat dari skala nyeri yang semula skala 4 menjadi skala 2. Diharapkan bagi PMB Rahayu,S.Tr.Keb.,Bdn Lampung Selatan dapat menjadi referensi manajemen asuhan kebidanan yang diterapkan terhadap pasien dalam mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil.

Kata Kunci : Kompres Hangat, Nyeri Punggung, Kehamilan
Daftar Bacaan : 20 (2016-2023)

TANJUNGPURONG HEALTH POLYTECHNIC
D-III MIDWIFERY OF TANJUNGPURONG HEALTH POLYTECHNIC
Final Report, May 2024

Khonita Mir'atus Solehah
2115401065

Applying Warm Compresses to Reduce Lower Back Pain in Third Trimester Pregnant Women for Mrs. E at PMB Rahayu, S.Tr.Keb.,Bdn South Lampung Regency

xvii + 63 Pages, 2 Tables, 6 Figures, 7 Appendices

ABSTRACT

Lower back pain is a musculoskeletal disorder caused by poor body activity. Lower back pain in pregnancy is an unpleasant condition due to the enlarging uterus affecting the center of gravity, stretching outward and weakening the abdominal muscles, changing body posture and putting pressure on the back area. Back pain can hinder pregnant women's activities. Pregnant women with back pain will have difficulty walking when the pain has spread to the pelvis. If not treated properly, it can cause chronic back pain which will be more difficult to cure.

The aim of this case study is to apply warm compresses to mothers with pain in their lower back for 15-20 minutes at a frequency of once a day to find out whether warm compresses can reduce back pain for pregnant women in the third trimester using a 7-step obstetric management approach. varney and documented in SOAP form in PMB Rahayu.

The method used in the case study was that the author applied a warm compress to a pregnant woman in the third trimester who experienced lower back pain, namely Mrs. E 23 years old G2PIA0 37 weeks pregnant at PMB Rahayu South Lampung. In taking cases, the format of midwifery care for pregnant women is used using Varney's 7-step management and documented in SOAP form. Data collection techniques include verbal assessment, physical examination, observation and documentation.

After providing care to Mrs. E, by applying warm compresses to lower back pain for 5 days starting from 09-13 February 2024 can reduce the mother's back pain. This can be seen from the pain scale which was originally a scale of 4 to a scale of 2. It is hoped that PMB Rahayu, S.Tr.Keb., Bdn Lampung Selatan can become a reference for midwifery care management applied to patients in reducing back pain in pregnant wom.

Keywords : Warm Compress, Back Pain, Pregnancy
Reading List : 20 (2016-2023)