

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO

Laporan Tugas Akhir, Mei 2024

Anisah Dianita : 2115471016

Asuhan Kebidanan Kehamilan TM III Dengan Nyeri Punggung Bawah di TPMB Lasmi Handayani, Sribhawono, Lampung Timur

xv + 70 hal + 5 tabel + 16 gambar + 9 lampiran

RINGKASAN

Setiap ibu hamil trimester III berpotensi terjadi masalah pada kehamilannya salah satunya nyeri punggung, pada bulan Januari 2024 dari jumlah 21 ibu hamil yang melakukan ANC ibu yang mengeluhkan nyeri punggung berjumlah 7 orang (33,3%) di TPMB Lasmi Handayani. Setelah dilakukan pengkajian terhadap Ny.E didapatkan data subjektif ibu mengatakan berusia 35 tahun dengan mengeluhkan nyeri punggung, HPHT 05-09-2023, TP 11-06-2024, usia kehamilan 29 minggu, hamil anak yang keempat, data objektif TTV dalam batas normal, dengan skala nyeri yang dirasakan yaitu 6 (nyeri sedang). Dari hasil pengkajian didapatkan diagnosa kasus Ny.E berusia 35 tahun G4P2A1 usia kehamilan 29 minggu dengan nyeri punggung bawah. Rencana asuhan yang akan diberikan untuk mengurangi nyeri punggung bawah terutama pada ibu hamil trimester III yaitu dengan *body mekanik*, senam hamil, kompres hangat, pijat endorphan dan asuhan sayang ibu yang meliputi pemberian tablet tambah darah, menganjurkan ibu mengkonsumsi berbagai jenis makanan sehat yang tinggi protein, karbohidrat dan lemak baik, menganjurkan ibu untuk menghindari aktivitas fisik yang terlalu berat, berdiri terlalu lama dan mengangkat atau memindahkan barang berat, lalu memberikan temu wicara (konseling) termasuk program perencanaan persalinan dan pencegahan komplikasi (P4K).

Pelaksanaan dimulai pada tanggal 26 Maret sampai 04 April 2024 sebanyak 5 kali kunjungan. Kunjungan awal pada tanggal 26 Maret 2024 menjelaskan kepada ibu mengenai nyeri punggung dan mengajarkan ibu untuk menerapkan *body mekanik*. Kunjungan kedua pada tanggal 28 Maret 2024 melakukan senam hamil, pemberian pijat endorphan dan kompres hangat. Pertemuan ketiga pada tanggal 30 Maret 2024 melakukan senam hamil, pemberian pijat endorphan dan kompres hangat. Pertemuan keempat pada tanggal 02 April 2024 melakukan senam hamil, pemberian pijat endorphan dan kompres hangat. Pertemuan kelima pada tanggal 04 April 2024 mengkaji penurunan skala nyeri punggung ibu dan memotivasi ibu untuk tetap melakukan asuhan yang telah diajarkan.

Evaluasi setelah diberikan asuhan pengurangan nyeri punggung sebanyak 5 kali kunjungan. Didapatkan hasil bahwa *body mekanik*, senam hamil, kompres hangat dan pijat endorphan dapat mengurangi serta meredakan nyeri punggung pada ibu hamil. Pengukuran nyeri menggunakan *Numerik Rating Scale* semula ibu dengan nyeri punggung pada skala 6 (nyeri sedang), berdasarkan kunjungan terakhir yang dilakukan didapatkan penurunan nyeri yaitu dengan nyeri pada skala 2 (nyeri ringan).

Simpulan setelah diberikan asuhan nyeri punggung ibu berkurang dengan nilai skala nyeri 2 (nyeri ringan). Saran yang diberikan bagi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah adalah dengan menerapkan *body mekanik* meliputi posisi tubuh yang benar saat berdiri, duduk, berbaring serta mengangkat barang, senam hamil, kompres hangat, pijat endorphan dan rutin melakukan kunjungan pada tenaga kesehatan apabila terdapat keluhan.

Kata Kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung
Daftar Bacaan : 27 (2014-2023)