

**BAB III**  
**TINJAUAN KASUS**  
**ASUHAN KEBIDANAN KEHAMILAN NORMAL PADA NY.L**  
**DENGAN NYERI PINGGANG DI TPMB E DESA SEPUTIH**  
**MATARAM LAMPUNG TENGAH**  
**TAHUN 2021**

**A. Kunjungan Awal**

Tempat Pengkajian : Tempat Praktik Mandiri Bidan E  
Tanggal Pengkajian : 9 Februari 2021  
Jam Pengkajian : 16.15 WIB  
Pengkaji : Fanni Ajeng Suciyanti

**1. Data Subyektif**

a. Biodata

Nama Ibu	: Ny. L	Nama Suami	: Tn. K
Umur	: 29 Tahun	Umur	: 39 Tahun
Agama	: Islam	Agama	: Islam
Pendidikan	: SMP	Pendidikan	: SMA
Pekerjaan	: IRT	Pekerjaan	: Petani
Alamat	: Bumi Setia, RT4/RW8	Alamat	: Bumi Setia, RT 6/RW 2
No. Hp	: 08217615936	No. Hp	: 085382734501
Gol. Darah	: O+		

b. Alasan Kunjungan/ Keluhan Utama

Ibu mengatakan hamil anaknya yang kedua usia kehamilan 8 bulan ingin memeriksakan kehamilannya dengan keluhan nyeri pinggang.

## c. Riwayat Menstruasi

HPHT : 06-06-2020

TP : 13-03-2021

Siklus : 28 Hari

Lamanya : 5-7 Hari

Masalah : Tidak ada masalah

## d. Riwayat Menstruasi

Perkawinan Ke - : 1

Usia saat kawin : 18 Tahun

Lama perkawinan : 11 Tahun

## e. Riwayat Kehamilan, Persalinan, dan Nifas yang lalu

No.	Tahun Partus	UK	Tempat Partus	Jenis Partus	Penolong	Nifas	Anak JK/BB	Keadaan Saat ini
1.	2011	Aterm	TPMB	Normal	Bidan	T.A.K	Laki laki/ 2.600gr	Hidup

## f. Riwayat Kehamilan Saat Ini

Kunjungan Pertama : G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub>, usia kehamilan 4 minggu

Masalah yang pernah dialami : pusing

## g. Riwayat Imunisasi

**TT<sub>3</sub>**

## h. Riwayat penyakit/ operasi yang lalu

Ibu mengatakan sebelum hamil mengalami nyeri pinggang karna duduk terlalu lama (pekerja di PT).

## i. Riwayat yang berhubungan dengan masalah kespro

Ibu mengatakan tidak ada masalah dengan kespro.

j. Riwayat penyakit keluarga

Ibu mengatakan keluarga tidak memiliki riwayat penyakit kronis atau menular.

k. Riwayat KB

Ibu mengatakan sebelumnya menggunakan kontrasepsi suntik KB 3 bulan.

l. Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari

1) Umum

Nafsu makan biasa, makan 3x/hari, minum 9-10 gelas/ hari, kebutuhan eliminasi BAK dan BAB tidak ada masalah, serta dapat istirahat cukup minimal tidur siang 1 jam dan malam 8 jam.

2) Psikososial

Ibu mengatakan kehamilan ini diterima dan diharapkan, keluarga juga senang dengan kehamilannya saat ini.

3) Lainnya

Ibu mengatakan ingin melahirkan dirumah bidan dan pendamping saat persalinan nanti adalah suami.

**2. Data Obyektif**

a. Pemeriksaan umum

Keadaan Umum : Baik

Kesadaran : Compos Mentis

TD : 100/60 mmHg      Pernafasan : 20x/menit

Nadi : 88x/menit      Suhu : 36,4°C

TB : 149 Cm      Lila : 25 cm

BB Sebelum hamil : 45 Kg      IMT : 23,3  
 BB Saat Hamil : 54 Kg  
 Total kenaikan BB : 9 Kg

b. Pemeriksaan kebidanan

Kepala dan Wajah : Tidak ada oedema dan cloasma gravidarum, tidak ada oedema pada wajah, sklera putih, dan konjungtiva hiperemis.

Leher : Tidak terdapat pembesaran kelenjar tyroid dan vena jugularis.

Dada : Simetris, tidak ada benjolan, dan tidak ada nyeri pinggangtekan.

Payudara : Payudara membesar, simetris kanan dan kiri, puting susu menonjol, keadaan puting dan aerola bersih, tidak tampak benjolan dan payudara tidak terasa nyeri, pengeluaran ASI belum ada.

Abdomen : Perut membesar sesuai dengan usia kehamilan, tidak ada luka bekas operasi.

1) Leopold I : teraba bulat, lunak, tidak melenting berarti bokong

TFU : 2 jari dibawah proc.xypoideus

mc.donald : 30 cm

TBJ :  $TFU-12 (155) = 30-12 (155) =$

2.790 gr

2) Leopold II : bagian kanan teraba bagian yang panjang, keras, dan datar seperti papan dibagian kiri teraba bagian-bagian kecil berarti ekstremitas

DJJ : 138x/ menit

3) Leopold III : teraba keras, melenting, berarti kepala. kepala masih bisa digoyangkan.

4) Leopold IV : kepala belum masuk PAP (convergen)

Ekstremitas : Tidak oedema, tidak ada varises, reflek patella (+) kiri dan kanan

c. Pemeriksaan Laboratorium+

1) Pemeriksaan Darah

Hemoglobin : 14,5 gr%

HIV : Non Reaktif (-)

HBsAg : Non Reaktif (-)

VDRL : Non Reaktif (-)

**3. Analisa**

Ny. L usia 29 Tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 8 bulan.

#### 4. Penatalaksanaan

Tabel 1  
Lembar Implementasi Kunjungan Awal

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu (Tgl/ jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ jam)	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Menjelaskan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan.	09-02-21 16.15 WIB	Dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital	Fanni	09-02-21 16.15WIB	Hasil Pemeriksaan: TD : 100/60 mmHg P : 20x/mnt T : 36,4°C N : 88x/mnt	Fanni
2. Memberikan edukasi tentang nyeri pinggang yang terjadi kepada	16: 20 WIB	Nyeri pinggang yang ibu alami adalah hal yang biasa terjadi pada TM III, tetapi hal tersebut harus mendapatkan penanganan yang tepat agar ibu merasa nyaman pada saat masa kehamilan dan tidak mengurangi kualitas tidur ibu, nyeri pinggang pinggang yang ibu alami tersebut dapat dikarenakan bertambahnya berat badan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdiri. peningkatan hormon relaksin, postur tubuh yang salah atau riwayat nyeri pinggang terdahulu	Fanni	16:20 WIB	Ibu tampak menerima dan mengerti penjelasan singkat tentang nyeri pinggang	Fanni
3. Menjelaskan tindakan yang dapat mengurangi pinggang ibu	16: 28 WIB	untuk mengurangi dan mencegah keluhan nyeri pinggang dan membentuk aktivitas sehari-hari yang aman selama kehamilan maka ibu hamil perlu mekanika tubuh (body mekanik) yang benar.	Fanni	16:28 WIB	Ibu tampak menerima dan mengerti penjelasan singkat tentang nyeri pinggang	Fanni

		<p>Mekanika tubuh (body mekanik) pada ibu hamil yaitu posisi tubuh yang baik untuk menyesuaikan perubahan tubuh pada ibu hamil terutama tulang punggung yang lordosis. Mekanika tubuh (body mekanik) pada ibu hamil meliputi cara berdiri yang benar, posisi tidur, posisi mengikat beban, dan posisi jongkok. Body mekanik akan memfasilitasi pergerakan tubuh yang memungkinkan mobilisasi fisik tanpa terjadi ketegangan otot dan penggunaan kekuatan otot yang berlebihan. Oleh karena itu mekanika tubuh yang tepat mengurangi risiko cedera musculoskeletal termasuk daerah vertebra yang akan menyebabkan nyeri punggung atau nyeri tulang belakang.</p>				
4. Memberikan edukasi hal yang di hindari selama kehamilan	16:35 WIB	Hal hal yang harus di hindari selama kehamilan yaitu kerja berat, merokok/terpapar asap rokok, minum minuman bersoda, beralkohol dan jamu, tidur terlentang < 10 menit pada hamil tua, minum obat tanpa resep dokter, stress berlebihan	Fanni	16:35 WIB	Ibu tampak menganggu paham tentang hal yang harus dihindari dalam kehamilan dan dapat menulang kembali dengan benar, oleh karna itu, ibu akan sangat berhati-hati	Fanni
5. Mengajarkan dan	16: 43 WIB	untuk membantu meredakan nyeri,		16:43 WIB	Ibu senang di ajarkan cara	

menjelaskan manfaat prenatal yoga		dan ketidaknyamanan selama hamil, mengencangkan otot, memperkuat jantung dan paru, membuat tidur nyenyak, memperkuat sendi, mempersiapkan untuk persalinan, menyesuaikan penambahan berat badan, dan menganjurkan untuk melakukannya dirumah seminggu 3 kali.	Fanni		untuk mengurangi nyeri pinggang dan bersedia melakukannya dirumah seperti yang telah diajarkan	Fanni
6. Mengedukasi ibu tentang tanda bahaya kehamilan	16: 48 WIB	tanda bahaya kehamilan seperti, perdarahan pervaginam, sakit kepala hebat, bengkak muka dan tangan, nyeri pinggang/abdomen/ ulu hati, gerakan janin berkurang, gangguan penlihatan, ketuban pecah sebelum waktunya.	Fanni	16: 48 WIB	Ibu tampak menganguk mengerti dan dapat menjelaskan kembali tentang tanda bahaya kehamilan seluruhnya.	Fanni
7. Menjelaskan edukasi tentang hidup sehat bagi ibu dan janin	16:54 WIB	Menganjurkan ibu untuk makan/ minum yang cukup, tidak ada pantangan untuk makan/ minum kecuali yang mengandung gula berlebihan. Menganjurkan mengelus perut ibu setiap hari, sambil mengamati gerakan janin Menganjurkan aktivitas seperti biasa, hindari pekerjaan berat. Memberitahu ibu untuk menjaga kebersihan lingkungan, dan kebersihan diri seperti mandi sehari 2 kali, dan mengganti pakaian sesering mungkin.	Fanni	16:54 WIB	Ibu mengerti tentang hidup sehat bagi ibu dan janin, dan mampu melakukan yang disarankan	Fanni



8. Memberikan fe preventif	17: 00 WIB	Pemberian tablet fe dihabiskan dalam waktu 2 minggu, diminum dengan cara 1 jam sebelum tidur, tidak di konsumsi bersamaan dengan kalsium	Fanni	17:00 WIB	ibu paham dan mampu melakukan dengan yang disarankan	Fanni
9. Menganjurkan kunjungan ulang	17: 10 WIB	Menganjurkan ibu untuk melakukan kunjungan ulang pada tanggal 23 february 2021 atau kapanpun jika ibu memiliki keluhan.	Fanni	17: 10 WIB	Ibu menyepakati kunjungan ulang dan akan datang jika ibu merasa ada keluhan	Fanni

## B. Catatan Perkembangan II

Kunjungan ke 2, tanggal 12 Febuari 2021

Pukul : 10.30 WIB

### 1. S (Subjektif) :

Ibu mengatakan hamil anak kedua usia kehamilan 36 minggu, nyeri pinggang yang dirasa sudah sedikit mengurang ibu telah menerapkan prenatal yoga seminggu 3kali seperti yang telah dianjurkan, ibu telah menghindari aktivitas yang menjadi pemicu nyeri pinggang Ibu dapat beristirahat cukup.

### 2. O (Objektif) :

- a. Keadaan umum : Baik
- b. Kesadaran : Composmentis
- c. Berat badan : 54 kg
- d. Tanda-tanda vital
  - 1) Pernapasan : 20 x/menit
  - 2) Nadi : 85 x/menit

3) Suhu : 37<sup>0</sup>C

4) Tekanan darah: 110/90 mmHg

e. Pemeriksaan Leopold

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

TFU : 2 jari dibawah proc.xypoideus

Mc. Donald : 31 cm

TBJ : (TFU-11) 155 = (31-11) 155 = 3.100 gr

2) Leopold II : bagian kanan teraba bagian yang panjang, keras, dan datar seperti papan dibagian kiri teraba bagian-bagian kecil berarti ekstremitas

DJJ: 140x/ menit

3) Leopold III : teraba bulat, keras dan melenting yang berarti kepala.

4) Leopold IV : kepala sudah masuk PAP (divergen).

**3. A (Analisa) :**

Ny. L usia 29 Tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 9bulan kepala sudah masuk PAP presentasi kepala.

**4. Penatalaksanaan**

Tabel 2  
Lembar Implementasi Kunjungan Ke 2

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu (Tgl/ jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ jam)	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Menjelaskan hasil	12-02-2021	Melakukan pemeriksaan		12 -02 2021	Hasil Pemeriksaan:	

pemeriksaan yang telah dilakukan.	10:30 Wib	tanda tanda vital	Fanni	10:30 wib	TD: 110/90 mmHg P : 20x/mnt T : 37°C N : 85x/mnt	Fanni
2. Memberitahu cara posisi tidur yang nyaman untuk nyeri pinggang	10: 35 WIB	berbaring di satu sisi tubuh, taruh bantal di antara lutut untuk menjaga posisi yang benar. Selain itu, gunakan lengan Ibu untuk membantu mendorong tubuh ke atas sekaligus menahan perut Ibu, atau tidur dengan posisi menyamping. Posisi ini akan mengatasi ketegangan pada pinggang sehingga rasa nyeri pinggang hilang	Fanni	10:35 WIB	Ibu paham posisi tidur yang nyaman dan bersedia mencoba dirumah	Fanni
3. Mengajarkan ibu kompres hangat dingin untuk mengurangi rasa nyeri	10:37 WIB	Memberitahu cara kompres pinggang menggunakan handuk yang diisi es batu, kemudian letakkan kepinggang, kompres dingin bisa diberikan selama 20 menit dan diulang beberapa kali dalam sehari. Setelah tiga hari, ganti dengan kompres hangat. Caranya adalah dengan menempelkan botol berisi air hangat ke pinggang. Saat mandi air hangat, Bumil bisa mencoba menambahkan minyak esensial. Metode ini	Fanni	10:37 WIB	Ibu mengangguk mengerti dan dapat melakukannya akan mengompres dirumah	Fanni

		mungkin bisa membantu meredakan rasa nyeri				
4. Menganjurkan ibu untuk memberikan tambahan bantal saat tidur	10:44 WIB	Menganjurkan kepada ibu untuk menggunakan bantal tambahan sebagai penopang bagian pinggang pada saat tertidur.	Fanni	10:44 WIB	Ibu mengangguk mengerti dan akan menambahkan bantal ketika tidur	Fanni
5. Memotivasi dan menilai yoga yang telah di ajarkan	10:52 WIB	Mengevaluasi gerakan yoga seminggu 3 kali seperti yang telah di ajarkan, untuk mengurangi membantu meredakan nyeri, dan ketidaknyamanan selama hamil, mengencangkan otot, memperkuat jantung dan paru, membuat tidur nyenyak, memperkuat sendi, mempersiapkan untuk persalinan, menyesuaikan penambahan berat badan dan mudah mengatur nafas selama persalinan	Fanni	10:52 WIB	Ibu bersedia untuk tetap melakukan yoga yang telah diajarkan dirumah dan dapat mengulang kembali manfaat senam hamil yang sampaikan pada kunjungan lalu.	Fanni
6. Menjelaskan kepada ibu tanda – tanda persalinan normal	11:00 WIB	Memberitahu ibu tanda persalinan seperti, perut mulas-mulas yang teratur timbul semakin sering dan lama, keluar lendir bercampur darah dari jalan lahir/ keluar cairan ketuban, dan mempersiapkan perlengkapan bayi dan ibu yaitu surat/dokumen, transportasi, donor darah, uang.	Fanni	11:00 WIB	Ibu mengetahui tanda-tanda persalinan dan mulai mempersiapkan perlengkapan yang dibutuhkan	Fanni

7. Mengajukan kunjungan ulang	11: 05 WIB	Memberitahu ibu untuk melakukan kunjungan ulang pada tanggal 16 februai lagi atau saat ibu mengalami keluhan	Fanni	11: 05 WIB	Ibu menyetujui kunjungan ulang	Fanni
-------------------------------	------------	--	-------	------------	--------------------------------	-------

### C. Catatan Perkembangan III

Kunjungan ke 3, tanggal 16 Febuari 2021

Pukul : 10.00 WIB

#### 1. S (Subjektif) :

Ibu mengatakan hamil anak kedua usia kehamilan 36 minggu, ibu merasa nyeri pinggang yang dirasa sudah mulai berkurang, ibu telah menerapkan prenatal yoga yang telah dianjurkan, ibu telah menghindari kegiatan yang memicu nyeri pinggang. Ibu dapat beristirahat cukup. Ibu dapat menerapkan kompres hangat dingin telah dianjurkan.

#### 2. O (Objektif) :

- a. Keadaan umum : Baik
- b. Kesadaran : Composmentis
- c. Berat badan : 55 kg
- d. Tanda-tanda vital
  - 1) Pernapasan : 20 x/menit
  - 2) Nadi : 89 x/menit
  - 3) Suhu : 36,5<sup>0</sup>C
  - 4) Tekanan darah: 120/80 mmHg

## e. Pemeriksaan Leopold

- Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting berarti bokong
- TFU : 3 jari dibawah proc.xypoideus.
- Mc donal : 31 cm.
- TBJ :  $(TFU-11)155 = (31-11) 155 = 3.100$  gr
- Leopold II : bagian kanan teraba bagian yang panjang, keras, dan datar seperti papan dibagian kiri teraba bagian – bagian kecil berarti ekstremitas
- DJJ : 140x/ menit
- Leopold III : teraba bulat, keras dan melenting yang berarri kepala.
- Leopold IV : kepala sudah masuk PAP (divergen).

**3. A (Analisa)**

Ny. L usia 29 Tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 8 bulan presentasi kepala.

**4. Penatalaksanaan**

Tabel 3  
Lembar Implementasi Kunjungan Ke 3

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu (Tgl/ jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ jam)	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Menjelaskan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan.	15-02-2021 10:00 Wib	Melakukan pemeriksaan tanda tanda vital	Fanni	12 -02 2021 10:00 wib	Hasil Pemeriksaan: TD : 120/80 mmHg P : 20x/mnt T : 37°C N : 85x/mnt	Fanni
2. Memotivasi dan menilai	10:03 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap		10:03	Ibu bersedia untuk tetap	

yoga yang telah di ajarkan		melakukan yoga seminggu 3 kali seperti yang telah di ajarkan, untuk mengurangi membantu meredakan nyeri, dan ketidaknyamanan selama hamil, mengencangkan otot, memperkuat jantung dan paru, membuat tidur nyenyak, memperkuat sendi, mempersiapkan untuk persalinan, menyesuaikan penambahan berat badan dan mudah mengatur nafas selama persalinan.	Fanni		melakukan yoga yang telah diajarkan dirumah dan dapat mengulang kembali manfaat yoga hamil yang sampaikan pada kunjungan lalu.	Fanni
3. Mengevaluasi cara posisi tidur yang nyaman untuk nyeri pinggang	10: 10 WIB	Anjurkan ibu untuk tetap melakukan berbaring di satu sisi tubuh, taruh bantal di antara lutut untuk menjaga posisi yang benar. Selain itu, gunakan lengan Ibu untuk membantu mendorong tubuh ke atas sekaligus menahan perut Ibu, atau tidur dengan posisi menyamping. Posisi ini akan mengatasi ketegangan pada pinggang sehingga rasa nyeri pinggang hilang.	Fanni	10:10 WIB	Ibu paham posisi tidur yang nyaman dan bersedia mencoba dirumah	Fanni
4. Evaluasi ibu untuk memberikan tambahan bantal saat tidur	10:15 WIB	Menganjurkan kepada ibu untuk tetap menggunakan bantal tambahan sebagai penopang bagian pinggang pada saat tertidur.	Fanni	10:15 WIB	Ibu mengangguk mengerti dan akan selalu menggunakan bantal ketika tidur	Fanni

5. Mengevaluasi ibu kompres hangat dingin untuk mengurangi rasa nyeri	10:20 WIB	. Mengajarkan ibu untuk tetap melakukan kompres pinggang menggunakan handuk yang diisi es batu, kemudian letakkan kepinggang, kompres dingin bisa diberikan selama 20 menit dan diulang beberapa kali dalam sehari. Setelah tiga hari, ganti dengan kompres hangat. Caranya adalah dengan menempelkan botol berisi air hangat ke pinggang. Saat mandi air hangat, Bumil bisa mencoba menambahkan minyak esensial. Metode ini mungkin bisa membantu meredakan rasa nyeri	Fanni	10:20 WIB	Ibu sudah melakukan kompres hanget dingin dibantu dengan keluarga/ suami	Fanni
6. Mengajarkan kepada ibu untuk mempersiapkan peralatan persalinan	10:25 WIB	Memberitahu ibu utuk mempersiapkan perlenkapan persalinan ibu dan bayi seperti, baju ibu, baju bayi mulai dimasukan kedalam tas untuk mempermudah ibu saat terasa ada tanda persalinan.	Fanni	10:25 WIB	Ibu tampak mengangguk dan akan mempersiapkan pakaian ganti ibu dan bayi	Fanni
7. Mengajarkan kunjungan ulang	10:30 WIB	Memberitahu ibu untuk melakukan kunjungan ulang pada tanggal 19 februai lagi atau saat ibu mengalami keluhan	Fanni	10:30 WIB	Ibu menyetujui kunjungan ulang	Fanni



#### D. Catatan Perkembangan IV

Kunjungan ke 4, tanggal 19 Febuari 2021

Pukul : 09.40 WIB

##### 1. S (Subjektif) :

Ibu mengatakan hamil anak kedua usia kehamilan 37 minggu, ibu telah merasakan tidak sakit lagi dan ibu melanjutkan gerakan prenatal yoga yang sesuai dengan yang telah dianjurkan. Ibu dapat beristirahat cukup. Ibu telah melakukan pengompresan rutin setiap hari untuk mengurangi rasa sakit.

##### 2. O (Objektif) :

- a. Keadaan umum : Baik
- b. Kesadaran : Composmentis
- c. Berat badan : 36 kg
- d. Tanda-tanda vital
  - 1) Pernapasan : 20 x/menit
  - 2) Nadi : 86 x/menit
  - 3) Suhu : 36,9<sup>0</sup>C
  - 4) Tekanan darah: 120/60mmHg
- e. Pemeriksaan leopold
 

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

TFU : 3 jari dibawah proc.xypoideus.

Mc.donald : 31 cm

TBJ : (TFU-11) 155 = (31-11) 155 = 3.100 gr

Leopold II : bagian kanan teraba bagian yang panjang, keras, dan datar seperti papan dibagian kiri teraba bagian - bagian kecil berarti ekstremitas

DJJ : 140x/ menit

Leopold III : teraba bulat, keras dan melenting yang berarri kepala.

Leopold IV : kepala sudah masuk PAP.

### 3. A (Analisa)

Ny. L usia 29 Tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 9 Bulan presentasi kepala.

### 4. Penatalaksanaan

Tabel 4  
Lembar Implementasi Kunjungan Ke 4

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu (Tgl/ jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/ jam)	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Menjelaskan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan.	15-02-2021 10:00 Wib	Melakukan pemeriksaan tanda tanda vital	Fanni	12 -02 2021 10:00 wib	Hasil Pemeriksaan: TD : 120/70 mmHg P : 20x/mnt T : 37°C N : 85x/mnt	Fanni
2. Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan yoga yang telah di ajarkan	10:05 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan yoga seminggu 3 kali seperti yang telah di ajarkan, untuk mengurangi membantu meredakan nyeri, dan ketidaknyamanan selama hamil, mengencangkan otot, memperkuat jantung dan paru, membuat tidur nyenyak,	Fanni	10:05 WIB	Ibu bersedia untuk tetap melakukan yoga yang telah diajarkan dirumah dan dapat mengulang kembali manfaat yoga hamil yang sampaikan pada kunjungan lalu.	Fanni

		memperkuat sendi, mempersiapkan untuk persalinan, menyesuaikan penambahan berat badan dan mudah mengatur nafas selama persalinan				
3. Mengajarkan ibu untuk tetap melakukan cara posisi tidur yang nyaman untuk nyeri pinggang	10:13 WIB	Anjurkan ibu untuk tetap melakukan berbaring di satu sisi tubuh, taruh bantal di antara lutut untuk menjaga posisi yang benar. Selain itu, gunakan lengan Ibu untuk membantu mendorong tubuh ke atas sekaligus menahan perut Ibu, atau tidur dengan posisi menyamping. Posisi ini akan mengatasi ketegangan pada pinggang sehingga rasa nyeri pinggang hilang.	Fanni	10:13 WIB	Ibu paham posisi tidur yang nyaman dan sudah dilakukan setiap malam tidur dengan miring kiri	Fanni
4. Mengajarkan ibu untuk tetap melakukan tambahan bantal saat tidur	10: 17 WIB	Mengajarkan kepada ibu untuk tetap menggunakan bantal tambahan sebagai penopang bagian pinggang pada saat tertidur.	Fanni	10:17 WIB	Ibu sudah melakukannya setiap malam	Fanni
5. Mengajarkan ibu untuk tetap melakukan ibu kompres hangat dingin untuk mengurangi rasa nyeri	10: 25 WIB	ibu tetap melakukan kompres pinggang menggunakan handuk yang diisi es batu, kemudian letakkan kepinggang, kompres dingin bisa diberikan selama 20 menit dan diulang beberapa kali dalam sehari. Setelah tiga hari, ganti dengan	Fanni	10:25 WIB	Ibu sudah melakukan kompres hanget dingin dibantu dengan keluarga/ suami	Fanni

		kompres hangat. Caranya adalah dengan menempelkan botol berisi air hangat ke pinggang. Saat mandi air hangat, Bumil bisa mencoba menambahkan minyak esensial. Metode ini mungkin bisa membantu meredakan rasa nyeri				
6. Mengajukan kunjungan ulang	10:35 WIB	Memberitahu ibu untuk melakukan kunjungan ulang pada tanggal 22 februai lagi atau saat ibu mengalami keluhan	Fanni	10:35 WIB	Ibu menyetujui kunjungan ulang	Fanni

### E. Catatan Perkembangan V

Kunjungan ke 5, tanggal 22 Febuari 2021

Pukul : 11.00 WIB

#### 1. S (Subjektif)

Ibu mengatakan hamil anak kedua usia kehamilan 37 minggu, ibu telah merasa semakin nyaman dan bisa mengatur nafas serta ibu dapat melakukan gerakan prenatal yoga secara mandiri yang sesuai dengan yang telah dianjurkan. Ibu dapat beristirahat cukup dan selalu rutin mengkonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan. Ibu rutin melakukan pengompresan pada bagian pinggang dan merasakan kenyamanan.

## 2. O (Objektif)

- a. Keadaan umum : Baik
- b. Kesadaran : Composmentis
- c. Berat badan : 37 kg
- d. Tanda-tanda vital
  - 1) Pernapasan : 20 x/menit
  - 2) Nadi : 86 x/menit
  - 3) Suhu : 36,9<sup>0</sup>C
  - 4) Tekanan darah: 110/70mmHg
- e. Pemeriksaan Leopold
  - Leopold I : teraba bulat, lunak, dan tidak melenting berarti bokong
  - TFU : 3 jari dibawah proc.xypoideus.
  - Mc.donald : 32 cm.
  - TBJ :  $(TFU-11) 155 = (32-11) 155 = 3,255$  gr
  - Leopold II : bagian kanan teraba bagian yang panjang, keras, dan datar seperti papan dibagian kiri teraba bagian – bagian kecil berarti ekstremitas
  - DJJ : 140x/ menit
  - Leopold III : teraba bulat, keras dan melenting yang berarti kepala.
  - Leopold IV : kepala sudah masuk PAP.

## 3. A (Analisa)

Ny. L usia 29 Tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 9 bulan presentasi kepala.

#### 4. Penatalaksanaan

Tabel 5  
Lembar Implementasi Kunjungan Ke 5

Perencanaan	Pelaksanaan			Evaluasi		
	Waktu (Tgl/jam)	Tindakan	Paraf	Waktu (Tgl/jam)	Evaluasi Tindakan	Paraf
1. Menjelaskan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan.	22- 02- 2021 11:00 WIB	Melakukan pemeriksaan tanda tanda vital	Fanni	22- 02- 2021 11:00 WIB	Hasil Pemeriksaan: TD : 110/70 mmHg P : 20x/mnt T : 37°C N : 85x/mnt	Fanni
2. Mengajukan ibu untuk tetap melakukan gerakan prenatal yoga yang telah di ajarkan secara mandiri.	11:05 WIB	Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan yoga seminggu 3 kali seperti yang telah di ajarkan, untuk mengurangi membantu meredakan nyeri, dan ketidaknyamanan selama hamil, mengencangkan otot, memperkuat jantung dan paru, membuat tidur nyenyak, memperkuat sendi, mempersiapkan untuk persalinan, menyesuaikan penambahan berat badan dan mudah mengatur nafas selama persalinan.	Fanni	11:05 WIB	Ibu bersedia untuk tetap melakukan yoga yang telah diajarkan dirumah dan dapat mengulang kembali manfaat yoga hamil yang sampaikan pada kunjungan lalu.	Fanni
3. Mengajukan ibu untuk tetap melakukan cara posisi tidur yang nyaman untuk nyeri pinggang.	11:10 WIB	Anjurkan ibu untuk tetap melakukan berbaring di satu sisi tubuh, taruh bantal di antara lutut untuk menjaga posisi yang benar. Selain itu, gunakan lengan Ibu untuk membantu mendorong tubuh ke atas sekaligus menahan perut	Fanni	11:10 WIB	Ibu paham posisi tidur yang nyaman dan sudah dilakukan setiap malam tidur dengan miring kiri.	Fanni

		Ibu, atau tidur dengan posisi menyamping. Posisi ini akan mengatasi ketegangan pada pinggang sehingga rasa nyeri pinggang hilang.				
4. Menganjurkan ibu untuk tetap melakukan tambahan bantal saat tidur secara rutin.	11:15 WIB	Menganjurkan kepada ibu untuk tetap menggunakan bantal tambahan sebagai penopang bagian pinggang pada saat tertidur	Fanni	11: 15 WIB	Ibu sudah melakukannya secara rutin.	Fanni
5. Menganjurkan ibu untuk tetap melanjutkan kompres hangat dingin untuk mengurangi rasa nyeri,	11:20 WIB	ibu tetap melakukan kompres pinggang menggunakan handuk yang diisi es batu, kemudian letakkan kepinggang, kompres dingin bisa diberikan selama 20 menit dan diulang beberapa kali dalam sehari. Setelah tiga hari, ganti dengan kompres hangat. Caranya adalah dengan menempelkan botol berisi air hangat ke pinggang. Saat mandi air hangat, Bumil bisa mencoba menambahkan minyak esensial. Metode ini mungkin bisa membantu meredakan rasa nyeri.	Fanni	11:20 WIB	Ibu sudah melakukan secara rutin kompres hanget dingin dibantu dengan keluarga/ suami.	Fanni
6. Menganjurkan ibu untuk terus meminum tablet fe yang telah di berikan	11:25 WIB	Memotivasi ibu untuk tetap minum tablet tambah darah 1 tab/hari dan mengevaluasi tablet Fe yang	Fanni	11:25 WIB	Ibu akan terus mengonsumsi tablet tambah darah setiap hari	Fanni

		telah diminum ibu tersisa 4 tablet				
7. menganjurkan kunjungan ulang	11:30 WIB	Memberitahu ibu untuk melakukan kunjungan ulang atau mengalami keluhan seperti kontraksi yang sudah mulai dirasakan	Fanni	11:30 WIB	Ibu menyetujui kunjungan ulang	Fanni