

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO

Laporan Tugas Akhir, 2025

Noviana Dwi Saputri : 2215471067

Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Nyeri Punggung Bawah di TPMB Widiyawati
Lampung Timur

Xvi + 74 halaman + 8 tabel + 8 gambar + 10 lampiran

RINGKASAN

Nyeri punggung bawah sering dialami pada ibu hamil. Nyeri punggung bawah sebagian besar disebabkan karena otot-otot pada punggung kurang kuat sehingga pada saat melakukan gerakan yang kurang tepat atau berada pada suatu posisi yang cukup lama dapat menimbulkan rasa sakit. Penulis akan melakukan asuhan pada Ny.A di TPMB Widiyawati, setelah dilakukan pengkajian terhadap Ny. A didapatkan data subjektif ibu mengatakan nyeri pada bagian punggung bawah, data objektif ada nyeri pada bagian punggung bawah tepatnya di antara *vertebra* L4 dan L5 serta L5 dan S1 (sakrum) , klien tampak memegang punggung. Hasil pengkajian didapatkan diagnosa kasus $G_1P_0A_0$ usia kehamilan 29 minggu dengan keluhan nyeri punggung bawah yang terutama muncul saat malam hari, saat mengangkat beban berat, lama berdiri, dan duduk yang terlalu lama. Berdasarkan diagnosa yang diperoleh direncanakan untuk memberikan asuhan kebidanan kehamilan dengan menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup dan mengurangi aktivitas, menjaga posisi tubuh (*body mechanic*), dan senam hamil.

Pelaksanaan asuhan dimulai pada tanggal 11 Maret 2025 sampai 19 Maret 2025. Kunjungan pertama 11 Maret 2025, menjelaskan kepada ibu mengenai nyeri punggung bawah, cara mengatasi nyeri punggung, ibu dianjurkan untuk istirahat yang cukup. Kunjungan kedua pada tanggal 13 Maret 2025, ibu diajarkan posisi tubuh (*body mechanic*) yang baik, ajarkan gerakan senam hamil. Kunjungan ketiga pada tanggal 15 Maret 2025, mengevaluasi posisi tubuh (*body mechanic*) dan senam hamil, anjurkan untuk istirahat yang cukup. Kunjungan keempat pada tanggal 17 Maret 2025, mengevaluasi posisi tubuh (*body mechanic*), dan cara melakukan senam hamil. Kunjungan kelima pada tanggal 19 Maret 2025 anjurkan ibu untuk tetap istirahat yang cukup dan mengurangi aktivitas, menjaga posisi tubuh (*body mechanic*), senam hamil.

Evaluasi setelah dilakukan kunjungan sebanyak lima kali. Di dapatkan hasil bahwa istirahat yang cukup dan mengurangi aktivitas, menjaga posisi tubuh (*body mechanic*), dan senam hamil pada ibu dapat mengurangi nyeri punggung bawah ibu. Pengukuran nyeri menggunakan *visual analog scale (VAS)* semula ibu memilih angka 50 mm (nyeri sedang), berdasarkan kunjungan terakhir yang di lakukan ibu memilih angka 20 mm (nyeri ringan).

Simpulan berdasarkan pengkajian dan asuhan yang di berikan di peroleh hasil keluhan nyeri punggung yang dialami oleh Ny. A sudah berkurang. Saran yang diberikan untuk ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dapat diatasi dengan istirahat yang cukup dan mengurangi aktivitas, menjaga posisi tubuh (*body mechanic*), dan senam hamil.

Kata Kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung

Daftar bacaan : 55 (2012-2025)