

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN METRO

Laporan Tugas Akhir , Mei 2025

Aprilia Ardila Zahra : 2215471101

Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Nyeri Punggung Di TPMB Nanik Asmawati

xv + 69 halaman + 7 tabel + 5 lampiran

RINGKASAN

Nyeri punggung adalah ketegangan otot di daerah tulang punggung bawah. Kejadian Ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati tahun 2025, 1 dari 17 yaitu Ny. A. Data Subjektif : Ibu mengeluh nyeri punggung bawah sejak usia kehamilan 32 minggu. Skala nyeri NRS 5 (nyeri sedang). Data Objektif : Pemeriksaan fisik normal, TD 120/80 mmHg, N 81x/menit, S 36,7°C, RR 21x/menit, TFU 32 cm, DJJ 141x/menit. Diagnosa Ny. A usia 30 tahun G₃P₂A₀ usia kehamilan 36 minggu 3 hari, janin tunggal hidup intrauteri, letak memanjang, punggung kanan, presentasi kepala dan sudah masuk PAP. Masalah yang dialami yaitu nyeri punggung bawah. Rencana asuhan diberikan yaitu asuhan sayang ibu hamil, KIE nyeri punggung, KIE aktifitas fisik, mengajari ibu gerakan senam hamil.

Penatalaksanaan pertemuan pertama tanggal 10 April 2025 Ibu mengatakan merasakan nyeri punggung dengan nilai NRS 5 yaitu nyeri sedang, diberikan asuhan sayang ibu, diberikan tablet Fe 30 tablet, diperkenalkan cara penanganan nyeri punggung dengan senam hamil dan melakukan informed consent. Kunjungan ulang I, Ibu mengatakan masih nyeri punggung yang mengganggu aktifitasnya NRS 5 nyeri sedang dan dilakukan senam dan kompres. Kunjungan ulang II, Ibu mengatakan masih nyeri punggung bawah yang mengganggu aktifitasnya, NRS 4 nyeri sedang dan dilakukan senam dan kompres. Kunjungan III Ibu mengatakan nyeri sedikit berkurang dan perlahan dapat melakukan aktifitasnya, NRS 3 nyeri ringan dan dilakukan senam dan kompres. Kunjungan IV Ibu mengatakan nyeri punggung sudah sangat berkurang dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari, melanjutkan terapi senam hamil 10 set gerakan selama <30 menit, *body mechanic*, istirahat yang cukup, kompres punggung dengan handuk hangat dan gosok area punggung.

Evaluasi asuhan yang telah dilakukan sebanyak 5 kali kunjungan pada NY.A terjadi pengurangan nyeri punggung secara bertahap. Sebelum dilakukan asuhan hasil skala nyeri punggung ibu dengan metode NRS dengan hasil 5 skala nyeri sedang dan setelah dilakukan asuhan selama 5 kali terdapat perubahan pada skala nyeri dengan nilai 2 skala nyeri ringan. Nyeri punggung sudah sangat berkurang dan tidak mengganggu aktifitas sehari-hari.

Simpulan asuhan kebidanan kehamilan yang berfokus pada nyeri punggung yang dialami sudah berkurang. Saran bagi ibu hamil untuk melakukan senam hamil diikuti dengan *body mechanic*, istirahat yang cukup, kompres handuk hangat dan gosok punggung efektif serta rutin melakukan kunjungan pada tenaga kesehatan bila terdapat keluhan.

Kata kunci : Kehamilan, Nyeri Punggung, Senam hamil

Daftar bacaan : (2015-2024)