

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil evaluasi Ny S dan pengumpulan data dasar dari anamnesis, baik subjektif maupun objektif, diketahui bahwa ia berusia 25 tahun, hamil 28 minggu, dan mengeluh nyeri punggung bawah. Berdasarkan hasil pemeriksaan Ny S, kesehatannya secara umum baik dan TTV-nya dalam rentang normal. Hasil dari proses diagnosis obstetrik dalam kasus ini menunjukkan bahwa Ny S G1P0A0, seorang wanita hamil 28 minggu dengan satu janin hidup, datang dengan nyeri punggung bawah dan kelelahan.

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada tanggal 20 Maret 2025, nyeri punggung bawah pasien disebabkan oleh pekerjaan berat yang rutin dilakukan, termasuk memindahkan benda berat dan membungkuk untuk mencuci pakaian tanpa kursi kecil. Hal ini dilakukan untuk menyingkirkan diagnosis ketidaknyamanan punggung bawah, yang dibuat untuk Ny S G1P0A0. Ny S sering mengalami nyeri punggung bawah selama trimester ketiga kehamilan. Seiring bertambahnya usia kehamilan, nyeri punggung bawah biasanya bertambah parah karena perubahan ukuran rahim, berat janin, turunnya kepala janin, dan meningkatnya mobilitas janin.. (Setiawan et al., 2020).

Menurut data evaluasi, ibu hamil sering mengalami ketidaknyamanan di punggung bawah akibat pertumbuhan rahim janin, yang mengubah struktur fisik wanita tersebut. Kehamilan dapat menyebabkan perubahan pada kelengkungan dan postur tulang belakang, termasuk lordosis lumbal yang meningkat, tulang belakang lumbal yang mengecil, atau kifosis lumbal. Berubahnya hormon terhadap ibu hamil yang mengganggu stabilitas tulang belakang dan sendi sakroiliaka, peningkatan ketegangan pada punggung akibat bertambahnya berat badan selama kehamilan dan berat badan janin, serta faktor-faktor lainnya, semuanya dapat berkontribusi pada patofisiologi nyeri punggung selama kehamilan.dan trauma mikro jaringan ikat pada sendi sacroiliaca, akibat ekstensor batang kekuatan otot untuk menyembangkan momen fleksi anterior yang disebabkan oleh pertumbuhan janin (Sukini et al, 2023). Selain itu gejala lain dari nyeri punggung yaitu adanya sensasi nyeri tumpul di punggung bawah atau nyeri menusuk yang bisa menjalar sampai ke kaki,

serta tidak kuat untuk berdiri tegak tanpa merasakan sakit, rentang bergerak yang berkurang serta juga kemampuan untuk melengkungkan punggung ikut berkurang (Ridawari & Fajarsari, 2020).

Penulis kemudian menilai dengan lembar kuisioner pada Ny.S untuk menilai intensitas nyeri yang sedang dirasakan oleh ibu, sehingga penulis mengetahui posisi dan batas intensitas nyeri yang dialami ibu dimana terdapat pertanyaan pendukung mengenai kejadian nyeri dan beberapa mimik wajah yang dikategorikan ke dalam beberapa tingkatan tingkat nyeri melalui skala wong baker face dan di dapatkan skala dengan raut wajah 4 yaitu nyeri cukup parah. Salah satu metode non farmakologi yaitu mengompres jahe merah (*Zingiber officinale roscoe*) untuk memberikan efek analgesik dan anti inflamasi pada area tubuh yang nyeri. jahe merah mengandung senyawa aktif seperti gingerol,shagaol, dan zingerol Yang berfungsi meredakan nyeri dengan cara meningkatkan sirkulasi darah lokal, mengurangi peradangan, serta memberikan sensasi hangat yang menenangkan otot dan jaringan tubuh(Abidah & Anggraini, 2022).

Rencana asuhan yang diberikan sesuai dengan keluhan ibu. Rencana asuhan meliputi edukasi ibu tentang manfaat penggunaan kompres jahe merah, menghindari olahraga berlebihan, dan nyeri pinggang bawah. Kasus Ny S dilakukan sebanyak tiga kali, yang pertama pada tanggal 20-22 Maret 2025. Pada sesi pertama dijelaskan tentang nyeri pinggang bawah, tanda bahaya trimester ketiga, dan cara menjaga posisi tubuh ibu saat berdiri, duduk, mengangkat, berbaring, dan bangun dari posisi duduk. Berdasarkan hasil penelitian (Khofifah & Hidayati, 2022) bahwa dilakukan asuhan kompres jahe pada bagian punggung bawah yang terasa nyeri selama 3 kali berturut-turut dengan durasi 20 menit hasil nyeri punggung berkurang, Skala nyeri punggung sebelum dilakukan kompres jahe yaitu pada skala 7 dan setelah dilakukan kompres jahe yaitu pada skala 6.

Penilaian asuhan kebidanan Setelah tiga kali kunjungan evaluasi, nyeri punggung bawah Ibu S tetap ada, meskipun tingkat nyeri ibu menurun dan ia mampu melakukan aktivitas sehari-hari. Keyakinan ibu terhadap proses pemulihannya membantu asuhan kebidanan berjalan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Kemampuan ibu untuk menjaga posisi tubuhnya—seperti berdiri tegak, menghindari membungkuk, tidak menggerakkan benda berat, dan beristirahat pada

sis i kiri atau kanan dengan bantal di antara lututnya serta melakukan kompres jahe merah dengan benar—menandai kemanjuran asuhan ini. Selama kehamilan, tenaga kesehatan disarankan untuk menggunakan kompres jahe merah untuk meredakan nyeri punggung bawah.