



ARTIKEL RISET**STUDI KASUS ASUHAN KEBIDANAN IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA DENGAN NYERIPUNGGUNG DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANREAPI**

Sry Wahyuni¹, Niar², Maskia³^{1,2,3}Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Bina Generasi Polewali MandarEmail: sriwahyuni1111989@gmail.com**ABSTRAK**

Berbagai masalah yang timbul pada kehamilan trimester II dan III merupakan masalah psikologis sering dikeluhkan pada ibu hamil, seperti kecemasan dan nyeri. Diantara keluhan tersebut, nyeri punggung bawah yang paling umum dilaporkan, terjadi pada 60%-90% ibu hamil, dan salah satu penyebab angka kejadian persalinan sesar. Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) adalah suatu sindroma nyeri yang terjadi pada punggung bagian bawah sebagai akibat dari pengaruh gravitasi tubuh yang berpindah ke depan, gangguan ini ditemukan pada ibu hamil. Tujuan studi kasus untuk melakukan asuhan kebidanan pada Ibu Hamil Ny A Primigravida dengan Nyeri Punggung di Puskesmas Anreapi. Metode studi kasus menggunakan pendekatan Studi kasus asuhan kebidanan yaitu SOAP (Subjektif Objektif Analisa Penatalaksanaan) pada Ny A primigravida tanggal 1 Juli - 10 Juli 2021. Hasil Asuhan Kebidanan yaitu asuhan yang dilakukan pada Ny A "G1 P0 A0, Gestasi 37 minggu 2 hari, dengan Nyeri punggung yaitu cara memposisikan tidur miring kiri, rajin melakukan senam hamil 2 kali seminggu dan komprs hangat dapat mengurangi nyeri punggung ibu hamil. Simpulkan bahwa Asuhan kebidanan dilaksanakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP tidak ditemukan kesenjangan pada data Subjektif dan objektif, pada akhirnya data terkumpul dapat disimpulkan analisa dan penatalaksanaan sejalan teori. Diharapkan penyedia layanan kesehatan melampirkan brosur kehamilan dan penyuluhan ataupun sosialisasi tentang fisiologis kehamilan dan upaya dalam menangani ketidaknyamanan yang dialami yang akan terjadi..

Kata kunci : Primigravida, Trimester III, Nyeri Punggung , Fisiologis, Senam Hamil.**ABSTRACT**

Various problems that arise in the second and third trimesters of pregnancy are psychological problems that pregnantwomen often complain about, such as anxiety and pain. Among these complaints, low back pain is the most commonly reported, occurring in 60%-90% of pregnant women, and is one of the causes of the incidence of cesarean delivery. Low back pain (Low Back Pain) is a pain syndrome that occurs in the lower back as a result of the influence of the body's gravity moving forward, this disorder is found in pregnant women. The purpose of the case study was to provide midwifery care to pregnant women Mrs. A Primigravida with back pain at Anreapi Health Center. The case study method uses a midwifery care approach, namely SOAP (Subjective Objective Analysis of Management) in Mrs. A primigravida on July 1 - July 10, 2021. The results of midwifery care are care given to Mrs. A "G1 P0 A0, 37 weeks2 days of gestation, with back pain, namely how to position the left side of the bed, diligently doing pregnancy exercises 2 times a week and warm compresses can reduce back pain for pregnant women. It can be concluded that midwifery care is carried out by an approach with SOAP documentation, no gaps were found in the Subjective and objective data, in the end the collected data can be concluded that the analysis and management are in line with the theory. It is expected that health service providers attach pregnancy brochures and counseling or socialization about the physiology of pregnancy and efforts to deal with the discomfort that will occur.

Keywords: Primigravida, Third Trimester, Back Pain, Physiology, Pregnancy Exercise

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu dan kematian bayi di dunia masih terbilang tinggi, berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, ada sekitar 830 ibu di dunia meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan persalinan. Penyebab utama dari kematian ibu antara lain sumber daya yang rendah, perdarahan, hipertensi, infeksi, dan penyakit penyerta lainnya diderita ibu sebelum masa kehamilan (Sri Sartika et al., 2020).

Penyebab kematian ibu, akibat gangguan hipertensi 33,07%, perdarahan obstetrik 27.03%, komplikasi non obstetric 15.7%, komplikasi obstetric lainnya 12.04% infeksi pada kehamilan 6.06% dan penyebab lainnya 4.81%. Sementara penyebab kematian neonatal tertinggi disebabkan oleh komplikasi kejadian intrapartum tercatat 28,3%(Sri Sartika et al., 2020).

Kehamilan periode unik di kehidupan terkait perubahan hormonal dan fisiologis, seorang wanita hamil dapat memicu atau mengubah jalannya gangguan neurologis dan kejiwaan. Selain itu, banyak prosedur diagnostik yang dilakukan wanita normal tidak hamil yang dilarang selama kehamilan untuk alasan kesehatan ibu hamil. Keputusan terapeutik dan manajemen pasien hamil dengan keluhan nyeri tergantung masalah keseimbangan wajar terjadi selama kehamilan, yang dikaitkan antara risiko yang terjadi tanpa adanya pengobatan versus

pengobatan aktif untuk ibu dan janinnya. Berbagai masalah timbul pada kehamilan trimester II dan III merupakan masalah psikologis yang dikeluhkan ibu hamil, seperti kecemasan dan nyeri. Adapun keluhan tersebut, nyeri punggung bawah yang paling umum dilaporkan, terjadi pada 60%-90% ibu hamil, dan salah satu penyebab angka kejadian persalinan sesar (Purnamasari, 2019)

Proses adaptasi tidak jarang ibu akan mengalami ketidaknyamanan meskipun hal itu adalah fisiologis akan tetapi perlu diberikan pencegahan dan perawatan, ketidaknyamanan trimester III Ibu hamil yaitu sering buang air kecil 50%, keputihan 15 %, konstipasi 40%, perut kembung 30%, bengkak kaki 20%, kram kaki 10%, sakit kepala 20%, striae gravidarum 50%, hemoroid 60%, sesak nafas 60% dan sakit punggung 70%(Rejeki & Fitriani, 2019)

Nyeri punggung bawah (Low Back Pain) adalah suatu sindroma nyeri yang terjadi pada punggung bagian bawah sebagai akibat dari pengaruh gravitasi tubuh yang berpindah ke depan. Gangguan ini ditemukan pada ibu hamil (Lilis, 2019)

Faktor predisposisi nyeri punggung meliputi pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur, penambahan berat badan, pengaruh hormon relaksin terhadap ligamen, riwayat nyeri punggung terdahulu, paritas dan aktivitas. Pertumbuhan uterus yang sejalan dengan

perkembangan kehamilan mengakibatkan teregangnya ligamen penopang yang biasanya dirasakan ibu sebagai spasme menusuk yang sangat nyeri yang disebut dengan nyeri ligamen. Hal inilah yang menyebabkan nyeri punggung (Lilis, 2019)

Penelitian tentang relaksasi otot progresif terhadap penurunan nyeri punggung bagian bawah ibu hamil trimester III didapatkan bahwa yang berarti ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan skala nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III(Dewi et al., 2018). Asuhan Yang dapat dilakukan pada ibu hamil primigravida Trimester III dengan Nyeri punggung yaitu melakukan tindakan senam otot termasuk senam hamil untuk mengurangi ketidaknyamanan tersebut.

METODE

Adapun metode dalam studi kasus ini menggunakan pendekatan studi kasus Asuhan Kebidanan yang diberikan pada ibu hamil primigravida Ny A umur 22 tahun G1 P0 A0, Gestasi 37 minggu 2 hari, keluhan Nyeri punggung Menggunakan SOAP. Cara pengumpulan data berupa anamnesa, observasi, pemeriksaan dan dokumentasi. Analisa yang digunakan membandingkan antara data yang ada dilapangan dengan teori.

HASIL

Pelaksanaan kunjungan Antenatal care di Puskesmas Anreapi tanggal 1 Juli 2021,

1. Data Subjektif

- a. Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya
- b. Mengeluh nyeri punggung saat ini menyebabkan rasa tidak nyaman
- c. HPHT 13 Oktober 2020
- d. Pertamakali memeriksakan kehamilan pada usia 2 bulan
- e. Ini merupakan kehamilan pertamanya
- f. Ibu tidak suka minum yang bersoda ataupun minuman berwarna
- g. Tidak pernah mengalami penyakit gangguan kesehatan reproduksi seperti kista

2. Data Objektif

- a. Keadaan umum : baik dan kesadaran Composmentis, Tekanan darah 110/70 mmHg, pernapasan 20 x/menit, Nadi 80 x/menit, suhu 36.5°C, Sklera putih, konjungtiva tidak pucat, BB sebelum hamil 55 kg BB saat ini 71kg, Tinggi Badan 157,5 cm, Lingkar Lengan atas 28 cm, HPHT 13 Oktober 2020, gestasi 37 minggu 2 hari dan Tafsiran persalinan 20 Juli 2021.
- b. Pemeriksaan Palpasi
Leopold I : teraba bundar, lunak dan tidak

melenting pada bagian fundus “Bokong”.

Leopold II :Teraba tekanan memanjang pada sisi kanan perut ibu dan bagian-bagian kecil *ekstremitas* pada sisi kiri perut ibu.

Leopold III : Teraba bulat, keras dan melenting “kepala”.

Leopold IV :BDP (Bergerak Dalam Panggul / Divergen).

Tinggi Fundus Uteri : 32 cm

Tafsiran Berat janin : $32 - 11 = 17 \times 155 = 3.255$ gram.

3. ANALISA

Ny A G1P0A0 gestasi 37 minggu 2 hari dengan nyeri punggung

4. PENATALAKSANAAN

- Sapa ibu dan keluarga dengan ramah dan sopan.
- Memberitahu kepada ibu bahwa hasil pemeriksaan ibu dan janinnya dalam keadaan baik
- Menganjurkan kepada ibu untuk beristirahat yang cukup
- Menjelaskan kepada ibu tentang keluhan yang dirasakan saat ini seperti nyeri punggung dimana nyeri punggung adalah suatu ketidaknyamanan yang sering dikeluhkan ibu hamil.
- Menjelaskan tentang faktor penyebab

terjadinya nyeri punggung meliputi pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur, penambahan berat badan, pengaruh hormon relaksin terhadap ligamen, riwayat nyeri punggung terdahulu

- mengurangi nyeri punggung yang dirasakan seperti tidur miring ke satu sisi tubuh terutama ke sisi kiri
- Memberitahu kepada ibu untuk melakukan senam hamil 2 kali minggu agar dapat mengurangi nyeri punggung
- Memberitahu ibu untuk kompres air hangat pada daerah punggung yang nyeri
- Memberitahu kepada ibu untuk kembali periksa atau kunjungan ulang 8 juli 2021 atau sewaktu-waktu jika ada keluhan.

PEMBAHASAN

1. Data Subjektif

Pada data subjektif dalam pengkajian 1 ibu mengeluhkan nyeri punggung, hal ini sesuai teori bahwa Penelitian (ruliati Studi et al., 2019), bahwa pada masa kehamilan, Ibu hamil yang sehat akan mengalami kenaikan berat badan. Tulang belakang yang bertugas menopang tubuh akan terbebani dengan pertambahan berat ini. Hal ini menimbulkan rasa sakit pada panggul dan punggung, khususnya punggung bagian bawah. Makin

bertambah usia kandungan, ukuran janin semakin membesar, begitu juga dengan rahim. Pertumbuhan janin dan rahim akan menekan pembuluh darah dan saraf di area panggul dan punggung, sehingga bagian ini terasa nyeri.

Nyeri punggung pada ibu hamil dimana di jelaskan bahwa terjadinya nyeri punggung bawah selama kehamilan diakibatkan karena meningkatnya hormon progesteron dan relaxin yang merangsang peregangan otot-otot daerah punggung, pertumbuhan ukuran uterus yang mengarah ke depan, dan perubahan titik berat tubuh yang tepatnya agak kebelakang sehingga menyebabkan terjadinya nyeri punggung (Hidayati, n.d.)

2. Data Objektif

Hasil data objektif ditemukan bahwa pemeriksaan keadaan umum baik, kesadaran compos mentis dan tanda-tanda vital dalam batas normal. Saat dilakukan pemeriksaan fisik penulis tidak menemukan kesenjangan teori dan kasus, dalam hal ini pemeriksaan fisik TFU 32 cm bahwa pembesaran abdomen sesuai usia kehamilan yaitu 37 minggu 2 hari (Amalia et al., 2020). Sejalan dengan teori bahwa gestasi 37 minggu 2 hari normalnya 32 cm TFU atau 3 jari dibawah proses xypodeus (Megasari, 2015)

3. Analisa

Berdasarkan pegkajian antara data subjektif dan objektif dapat di analisa bahwa ny a g1p0a0 gestasi 37 minggu 2 hari dengan nyeri punggung

4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan studi kasus asuhan Kebidanan pada Ny A telah diterapkan berdasarkan teori dan kebutuhan pasien, dalam hal ini melakukan senam hamil sebab senam hamil mempunyai hubungan dengan nyeri punggung, dengan melakukan senam hamil tersebut otot-otot dinding abdomen, ligamen dan otot dasar panggul dapat terlatih semakin elastis lagi dan tidak mengalami kaku pada otot serta memberikan efek relaksasi bagi ibu, dengan semakin seringnya ibu melakukan senam hamil ini maka elastisitas otot semakin baik, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri pada punggung ibu (Megasari, 2015) dan kompres hangat pada punggung mampu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dikarenakan kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Kompres hangat dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer untuk nyeri punggung (Amalia et al., 2020)

SIMPULAN

Studi kasus Asuhan kebidanan ini telah dilakukan

pengkajian sampai penatalaksanaan dan tidak ada kesenjangan teori dan kenyataan dilapangan dan keluhan ibu atas ketidaknyamanan nyeri punggung teratasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. R., Erika, E., & Dewi, A. P. (2020). Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Holistic Nursing And Health Science*, 3(1), 24–31. <https://doi.org/10.14710/Hnhs.3.1.2020.24-31>
- Dewi, P. K., Patimah, S., & Khairiyah, I. (2018). *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III*. 4(02), 16–24.
- Hidayati, U. (2017). Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil.Pdf.
- Lilis, D. N. (2019). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health And Science Community*, 3(2), 40–45.
- Megasari, M. (2015). Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(1),17–20. <https://doi.org/10.25311/Jkk.Vol3.Iss1.95>
- Purnamasari, K. D. (2019). Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III. *Journal Of Midwifery And Public Health*, 1(1), 9. <https://doi.org/10.25157/Jmph.V1i1.2000>
- Rejeki, S. T., & Fitriani, Y. (2019). Pengaruh Yoga Prenatal Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III Di Lia Azzahra Mom & Baby. 3(2), 67–72.
- Ruliati Studi, T., Pmb, D. I., Suryawati, L., Kabupaten, M. K., Sst, S., & Jombang, M. K. D. (2019). Penanganan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester (Handling Of Back Pain In Pregnant Trimester Third Study At PMB Lilis Stikes Insan Cendekia Jombang , Jawa Timur . PENDAHULUAN Masa Kehamilan Merupakan Hasil Pertemuan Antara Sel Telur Dengan Spermatozoa. 4(1), 11–20.
- Sri Sartika, Nasution, I., & Napitupulu, M. (2020). Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Ketidaknyamanan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pargarutan Tahun 2020. 5(2), 47–53.