Asuhan Kehamilan Pada Ny. R Di Klinik Pratama Dhalika Kabupaten Kubu Raya

Sherly[1], Ummy Yuniantini[2], Nurhasanah[3]

Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik'Aisyiyah Pontianak

Jl. Ampera No. 9, Pontianak, Kalimantan Barat

sherly.putri230305@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan merupakan proses fisiologis yang menyebabkan berbagai perubahan pada tubuh ibu, terutama pada trimester III. Pembesaran uterus dan perubahan pusat gravitasi tubuh dapat menyebabkan nyeri punggung, sedangkan tekanan uterus terhadap kandung kemih dapat menyebabkan sering buang air kecil pada malam hari. Ketidaknyamanan tersebut memerlukan penatalaksanaan yang tepat agar tidak mengganggu kenyamanan ibu selama kehamilan.

Laporan Kasus : Studi kasus deskriptif observasional dengan pendekatan *Continuity of Care* dilakukan pada Ny. R (33 tahun, G3P2A0) di Klinik Pratama Dhalika Kabupaten Kubu Raya pada 10 November sampai 8 Desember 2025. Pada usia kehamilan 39 minggu, Ny. R mengeluhkan nyeri punggung dan sering buang air kecil pada malam hari serta mengonsumsi minum lebih dari 12 gelas per hari. Pengumpulan data dilakukan melalui anamnesa, observasi, pemeriksaan, dan dokumentasi. Penatalaksanaan meliputi pendidikan kesehatan mengenai mekanika tubuh yang benar, mengurangi aktivitas berlebihan, kompres hangat, masase ringan, latihan *pelvic rocking*, pengaturan pola minum, mengurangi konsumsi minuman berkafein, bersoda dan tinggi gula, teknik *double voiding*, serta posisi tidur miring ke kiri.

Diskusi : Keluhan nyeri punggung dan sering buang air kecil merupakan ketidaknyamanan fisiologis trimester III. Asuhan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan ibu dan teori yang digunakan. Hasil evaluasi menunjukkan keluhan sering buang air kecil pada malam hari berkurang setelah ibu mengurangi minum menjelang tidur, serta kondisi ibu dan janin tetap baik tanpa komplikasi.

Kesimpulan : Asuhan kebidanan yang diberikan membantu mengurangi ketidaknyamanan Ny. R dan sesuai dengan teori serta kebutuhan ibu.

Kata Kunci : Asuhan Kebidanan, Kehamilan, Trimester III, Nyeri Punggung, Sering Buang Air Kecil.

PERPUSTAKAAN

POLITEKNIK 'AISYIYAH PONTIANAK

ANTENATAL CARE FOR MRS. R AT DHALIKA PRIMARY CLINIC, KUBU RAYA REGENCY

Sherly[1], Ummy Yuniantini[2], Nurhasanah[3]
Diploma III Midwifery Study Program, Politeknik 'Aisyiyah Pontianak
Jl. Ampera No. 9, Pontianak, West Kalimantan, Indonesia
sherly.putri230305@gmail.com

ABSTRACT

Background: Pregnancy is a physiological process that causes various changes in the maternal body, particularly during the third trimester. Uterine enlargement and changes in the body's center of gravity may cause back pain, while pressure from the uterus on the bladder may result in frequent urination at night. These discomforts require appropriate management to prevent them from interfering with maternal comfort during pregnancy.
Case Report: A descriptive observational case study using a *Continuity of Care* approach was conducted on Mrs. R, a 33-year-old woman (G3P2A0), at Dhalika Primary Clinic, Kubu Raya Regency, from November 10 to December 8, 2025. At 39 weeks of gestation, Mrs. R complained of back pain and frequent urination at night and reported consuming more than 12 glasses of fluids per day. Data were collected through anamnesis, observation, physical examination, and documentation. Management included health education on proper body mechanics, reducing excessive physical activity, warm compresses, gentle massage, *pelvic rocking* exercises, regulation of fluid intake, reduction of caffeinated, carbonated, and high-sugar beverages, the *double voiding* technique, and adopting a left lateral sleeping position.
Discussion: Back pain and frequent urination are physiological discomforts commonly experienced during the third trimester of pregnancy. The care provided was appropriate to the mother's needs and consistent with the theories applied. Evaluation showed that the complaint of frequent nighttime urination decreased after the mother reduced her fluid intake before bedtime, while both maternal and fetal conditions remained good without complications.
Conclusion: The midwifery care provided helped reduce Mrs. R's pregnancy-related discomforts and was consistent with relevant theories and the mother's needs.

Keywords: Midwifery Care; Pregnancy; Third Trimester; Back Pain; Frequent Urination.

Translated and Certified by
Pusat Bahasa
Muhammadiyah University of Pontianak
Head,

Ryan Yulian, M.Pd

Number:
Date:

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang berlangsung sekitar 40 minggu dan menyebabkan berbagai perubahan fisiologis, anatomis, serta hormonal pada tubuh ibu sebagai bentuk adaptasi untuk mempertahankan kehamilan dan mempersiapkan persalinan. Seiring bertambahnya usia kehamilan, terutama pada trimester III, pembesaran uterus dan perubahan pusat gravitasi tubuh dapat menimbulkan berbagai ketidaknyamanan pada ibu, salah satunya nyeri punggung. Selain itu, pembesaran uterus dan penurunan bagian terendah janin dapat memberikan tekanan pada kandung kemih sehingga ibu mengalami peningkatan frekuensi buang air kecil, terutama pada malam hari (Nurul, Yulia and Izzah, 2025).

Ketidaknyamanan pada trimester III merupakan kondisi yang umum terjadi, namun tetap memerlukan perhatian dan penatalaksanaan yang tepat. Nyeri punggung dapat menyebabkan rasa tidak nyaman dan mengganggu aktivitas ibu apabila tidak ditangani dengan baik, sedangkan sering buang air kecil pada malam hari dapat mengganggu waktu istirahat dan kenyamanan ibu. Penatalaksanaan yang dapat diberikan meliputi pendidikan kesehatan mengenai mekanika tubuh yang benar, menghindari aktivitas berlebihan, penggunaan alas kaki yang nyaman, kompres hangat dan masase ringan, serta latihan pelvic rocking untuk membantu mengurangi nyeri punggung (Eka, Dwi and Ella, 2022). Sementara itu, keluhan sering buang air kecil dapat dikurangi melalui pengaturan pola minum, mengurangi konsumsi minuman berkafein, bersoda dan tinggi gula, menerapkan teknik double voiding, serta menggunakan posisi tidur miring ke kiri (Nurhasanah, Aprina and Puspitasari, 2025).

Permasalahan kesehatan ibu dan bayi juga masih menjadi perhatian di tingkat daerah. Berdasarkan data Pemerintah Kabupaten Kubu Raya tahun 2023, Angka Kematian Ibu (AKI) tercatat sebesar 57 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan Angka Kematian Bayi (AKB) sebesar 3,2 per 1.000 kelahiran hidup. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya peningkatan kesehatan ibu dan bayi serta pemberian asuhan kebidanan secara berkesinambungan tetap diperlukan, termasuk melalui pemantauan kehamilan dan penanganan berbagai ketidaknyamanan yang dialami ibu selama kehamilan (Aprina, Puspitasari and Nurhasanah, 2025)

Berdasarkan laporan kasus Ny. R di Klinik Pratama Dhalika Kabupaten Kubu Raya, pada usia kehamilan 39 minggu ibu mengeluhkan sering nyeri pada bagian punggung dan sering buang air kecil pada malam hari. Ibu juga mengatakan mengonsumsi minum lebih dari 12 gelas per hari. Kondisi tersebut menjadi alasan penulis mengambil kasus karena keluhan yang dialami merupakan ketidaknyamanan fisiologis pada trimester III yang dapat memengaruhi kenyamanan dan kualitas hidup ibu apabila tidak diberikan penatalaksanaan yang tepat.

PERPUSTAKAAN NIP. 617103ZA2000001
POLITEKNIK ABDYAH PONTIANAK

LAPORAN KASUS

Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan pendekatan Continuity of care diberikan pada ibu hamil Ny. R di Klinik Pratama Dhalika Kabupaten Kubu Raya dari tanggal 10 November 2025 – 8 Desember 2025. Subyeknya Ny. R Umur 33 tahun G3 P2 A0. Jenis data yang digunakan adalah data primer. Cara pengumpulan data anamnesa, observasi, pemeriksaan dan dokumentasi. Analisa data dengan membandingkan antara data yang diperoleh dengan teori yang ada.

Tanggal	10 November 2025	8 Desember 2025
Data Subjektif	a. Ibu mengatakan ingin memeriksa kehamilannya. b. Ibu mengatakan mengeluh sering nyeri pada bagian punggung dan sering buang air kecil pada malam hari pada usia kehamilan 39 minggu.	a. Ibu mengatakan ingin memeriksa kehamilannya b. Ibu mengatakan sudah tidak terlalu sering

	c. Ibu mengatakan HPHT tanggal 10 maret 2025. d. Ibu mengatakan pemeriksaan pertama kali di bidan pada usia kehamilan 7 minggu e. Ibu mengatakan bahwa ini kehamilan ketiga. f. Ibu mengatakan minum lebih dari 12 gelas perhari. g. Ibu mengatakan tidak pernah minu minuman bersoda dan tidak sering minum minuman yang berwarna. h. Ibu mengatakan tidak pernah mengalami penyakit yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi.	buang air kecil di malam hari c. Ibu mengatakan mengurangi minum menjelang tidur.
Data Objektif	a. Keadaan umum : Baik b. Kesadaran : Composmentis c. Tekanan darah : 125/80 mmHg d. Pernafasan : 20x/menit e. Nadi : 87x/menit f. Suhu : 36,5℃ g. Sklera tidak ikterik h. Konjungtiva tidak pucat i. BB sebelum hamil 59 kg j. BB sekarang : 68 kg k. TB : 155 cm l. Lingkar lengan atas : 30 cm m. HPHT : 10 maret 2025 n. UK : 30 minggu o. TP : 17 Desember 2025 p. Pemeriksaan Palpasi : Leopord I : TFU 24 cm, di fundus uteri teraba bulat tidak simetris, lunak, tidak melenting. Leopord II : Sebelah kiri perut ibu teraba panjang keras. Sebelah kanan perut ibu teraba bagian kecil berongga. Leopard III : Teraba bulat, keras, melenting (kepala) Leopard IV : Konvergen q. TBBJ : 2.015 Gram r. DJJ : 130x/menit	a. Keadaan Umum : Baik b. Kesadaran : Composmentis c. Tekanan darah : 125/85 mmHg d. Pernafasan : 20x/menit e. Nadi : 81x/menit f. Suhu : 36,6℃ g. Sklera tidak ikterik h. Konjungtiva tidak pucat i. BB sebelum hamil : 59 kg j. BB sekarang : 70 kg k. TB : 155 cm l. Lingkar lengan atas : 30 cm m. HPHT : 10 maret 2025 n. UK : 39 minggu o. TP : 17 Desember 2025 p. Pemeriksaan Palpasi : Leopord I : TFU 32 cm, di fundus uteri teraba bulat, tidak simetris, lunak, tidak melenting. Leopord II : Sebelah kiri perut ibu teraba panjang keras. Sebelah kanan perut ibu teraba bagian kecil berongga.

PERPUSTAKAAN NPP. 6171052A2000001
POLITEKNIK ASYIYAH PONTIANAK

		Leopard III : Teraba bulat, keras, melenting (kepala) Leopord IV : Konvergen q. TBBJ : 3100 Gram r. DJJ : 145x/menit
Assasement	G3P2A0 hamil 30 minggu. Janin Tunggal Hidup presentasi kepala.	G3P2A0 hamil 39 minggu. Janin Tunggal Hidup presentasi kepala.
Penatalaksanaan	a. Membina hubungan baik dengan ibu dan keluarga. b. Memberitahukan kepada ibu dan janin saat ini dalam keadaan baik. c. Menjelaskan kepada ibu bahwa mengalami sering nyeri pada punggung dan sering buang air kecil pada malam hari pada masa kehamilan Trimester III merupakan hal yang fisiologis atau normal karena janin semakin membesar sehingga menekan kandung kemih dan hal tersebut mengakibatkan ibu mengalami sering buang air kecil dan nyeri pada punggung. d. Menjelaskan kepada ibu tentang aktivitas yang bisa mengurangi rasa nyeri pada punggung ibu dan mengurangi minum minuman yang mengandung alkohol, minuman yang bersoda atau kandungan yang tinggi gula serta minuman berkafein seperti kopi atau teh. Aktivitas yang berat dapat menyebabkan ibu mudah kelelahan dan sering nyeri pada bagian punggung, selain kandungan dalam minuman tersebut bersifat mengiritasi kandung kemih dan membuat ibu sering buang air kecil. Sehingga akan lebih baik ibu mengurangi aktivitas yang berlebih dan menghindari minuman tersebut serta lebih banyak konsumsi air putih. e. Menjelaskan kepada ibu bahwa nyeri pada bagian punggung dan sering buang air kecil pada malam hari	a. Membina hubungan baik dengan ibu dan keluarga. b. Memberitahukan kepada ibu hasi pemeriksaan bahwa keadaan ibu dan janin saat ini dalam keadaan baik. c. Memberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan seperti, tabungan/ dana persalinan, asuransi seperti BPJS, pakaian ibu dan bayi, donor darah, kendaraan, penolongan persalinan, tempat persalinan dan hal yang penting lainnya. d. Memberikan pendidikan kesehatan mengenai kebutuhan nutrisi kehamilan trimester III. Kebutuhan nutrisi tetap sehat sampai waktu persalinan satang. Makanan tinggi serat yang berasal dari buah dan sayuran, protein dan rendah lemak. Pastikan juga ibu hamil minum banyak air putih, termasuk

PERPUSTAKAAN
POLITEKNIK ASYIYAH PONTIANAK

	menjadi masalah yang normal pada masa kehamilan. f. Memberikan pendidikan kesehatan tentang Nyeri punggung terjadi akibat pergeseran pusat gravitasi tubuh (*lordosis*) dan pelepasan hormon releksin yang melonggarkan ligamen panggul. Sementara itu, nokturia disebabkan oleh tekanan janin pada kandung kemih serta meningkatnya aliran darah ke ginjal saat posisi berbaring. Penatalaksanaan nyeri punggung dilakukan melalui penerapannya mekanika tubuh yang benar (duduk/berdiri tegak, berjongkok saat mengambil barang), penggunaan alas kaki datar, serta latihan *pelvic rocking* pada prenatal yoga. Kompres hangat dan masase ringan (*effleurage*) pada area punggung juga efektif merelaksasi otot. Untuk mengatasi nokturia, difokuskan pada pengaturan pola minum (memenuhi kebutuhan cairan pada pagi-sore dan menguranginya menjelang tidur), penerapan teknik *double voiding* saat berkemih, serta posisi tidur miring ke kiri (*left lateral*) dengan penopang bantal guna mengurangi tekanan pada kandung kemih. g. Menjadwalkan kunjungan ulang 1 minggu kemudian, kunjungan ulang dilakukan pada tanggal 17 November 2025 atau jika ada keluhan.	konsumsi vitamin prenatal. e. Menjadwalkan kunjungan ulang 1 minggu kemudian pada tanggal 8 Desember 2025 atau jika ada keluhan.

PERPUSTAKAAN NPP. 6171052A2000001
POLITEKNIK ASYIYAH PONTIANAK

DISKUSI

1. Data Subjektif

   Hasil data subjektif yang ditemukan pada kajian 1 yaitu ibu sering nyeri pada punggung dan sering buang air kecil pada malam hari. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pada perubahan anatomi tersebut mengakibatkan pergeseran titik berat tubuh ke arah anterior, sehingga menuntut penyesuaian postur untuk mempertahankan keseimbangan tubuh. Selain itu, ibu hamil kerap mengalami nokturia akibat kompresi mekanis uterus yang membesar terhadap kandung kemih serta penekanan oleh bagian terendah janin yang mulai memasuki pintu atas panggul. (Alza *et al.*, 2025)
2. Data Objektif

Data objektif yang ditemukan pada pemeriksaan yaitu merupakan periode krusial yang memerlukan perhatian khusus seiring pesatnya pertumbuhan dan perkembangan janin. Pembesaran uterus meningkatkan beban tubuh sehingga memicu penyesuaian postur berupa lordosis kompensatoris pada tulang belakang, yang berakibat pada timbulnya rasa pegal atau nyeri pada area pinggang dan punggung (Yolandini, Purnamasari and Fatimah, 2024). Meskipun tergolong sebagai perubahan fisiologis, ketidaknyamanan yang tidak dipahami dan ditangani secara tepat dapat mengganggu kesejahteraan ibu selama kehamilan. (Suprehanto and Nuzuliana, 2023)

3. Asassement

Dari data subjektif dan objektif diatas ditegakkan diagnosa berdasarkan dokumentasi asuhan kebidanan yaitu G3P2A0 usia kehamilan 39 minggu dengan keluhan sering nyeri pada punggung dan sering buang air kecil pada malam hari.

4. Penatalaksanaan

Pada kasus ini, penatalaksanaan yang diberikan difokuskan pada penanganan ketidaknyamanan fisiologis trimester III berupa nyeri punggung dan sering buang air kecil pada malam hari. Asuhan yang diberikan meliputi pemberian pendidikan kesehatan mengenai penyebab keluhan, penerapan mekanika tubuh yang benar, menghindari aktivitas berlebihan, penggunaan alas kaki yang nyaman, kompres hangat dan masase ringan pada punggung, serta latihan pelvic rocking (Rizky *et al.*, 2022). Untuk mengatasi keluhan sering buang air kecil pada malam hari, ibu diberikan edukasi mengenai pengaturan pola minum dengan memenuhi kebutuhan cairan pada pagi hingga sore hari dan mengurangi minum menjelang tidur, mengurangi konsumsi minuman berkafein, bersoda, dan tinggi gula, serta menerapkan teknik double voiding dan posisi tidur miring ke kiri dengan menggunakan bantal sebagai penopang (Stefanicia and Indriani, 2024). Setelah diberikan asuhan, keluhan ibu mengalami perbaikan, terutama frekuensi buang air kecil pada malam hari yang sudah berkurang setelah mengurangi minum menjelang tidur. Kondisi ibu dan janin tetap baik tanpa komplikasi, sehingga asuhan yang diberikan telah membantu mengatasi ketidaknyamanan Ny. R dan sesuai dengan kebutuhan serta teori yang digunakan

PERPUSTAKAAN NITA YUNDA HUSADA

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengkajian dan asuhan kebidanan pada Ny. R usia kehamilan 39 minggu, ditemukan ketidaknyamanan fisiologis trimester III berupa nyeri punggung dan sering buang air kecil pada malam hari. Untuk mengatasi keluhan tersebut, peneliti telah memberikan asuhan berupa pendidikan kesehatan, penerapan mekanika tubuh yang benar, kompres hangat dan masase ringan, latihan pelvic rocking, pengaturan pola minum, mengurangi konsumsi minuman berkafein, bersoda dan tinggi gula, teknik double voiding, serta posisi tidur miring ke kiri. Setelah diberikan asuhan, keluhan ibu mengalami perbaikan. Kondisi ibu dan janin tetap baik tanpa komplikasi.

POLITEKNIK ASY-SYIFA PONTIANAK

PERSETUJUAN PASIEN

Persetujuan pasien diperoleh yang tercatat dalam informend concent

REFERENSI

Alza, N. *et al.* (2025) 'Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. F.D di Puskesmas Dumbo Raya Kota Gorontalo', *Jurnal Midwifery*, 7(2), pp. 173–182.

Aprina, T., Puspitasari, Y. and Nurhasanah (2025) 'Pendidikan Kesehatan bagi Ibu Hamil dengan Tema "Pentingnya ANC Rutin dan Mengenal Tanda Bahaya dalam Kehamilan"', *Kreatif: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 5(3), pp. 392–407.

Eka, R., Dwi, K.P. and Ella, K. (2022) 'Gambaran derajat nyeri punggung pada ibu hamil trimester iii', *Womb Midwifery Journal*, 1(2), pp. 13–17.

Nurhasanah, Aprina, T. and Puspitasari, Y. (2025) 'View of Pendidikan Kesehatan bagi Ibu Hamil dengan Tema "Pentingnya Anc Rutin dan Mengenal Tanda Bahaya dalam Kehamilan".pdf', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 5(3), pp. 392–407.

Nurul, A., Yulia, A. and Izzah, fikri nur jannah (2025) 'Karakteristik Ibu Bersalin Dengan Persalinan Maryam Di Klinik Pratama Rumah Sehat Alisa Bantul Yogyakarta Tahun 2022-2023', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta*, VI(1), pp. 56–68.

Rizky, N. *et al.* (2022) 'Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Dengan Ketidaknyamanan Trimester III di PMB Ernita Kota Pekanbaru TAHUN 2022', *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2, pp. 275–279.

Stefanicia and Indriani (2024) 'Studi Kasus Sering Buang Air Kecil pada Ibu Hamil Trimester III dengan Terapy Non Farmakologi di Daerah Aliran Sungai (DAS) Kota Palangka Raya Tahun 2024 Case Study Frequent Urination in Pregnant Women in Thirty Trimester with Non Pharmacological Therap', *Jurnal surya medika*, 10, pp. 300–308.

Suprehanto, R. and Nuzuliana, R. (2023) 'Asuhan kebidanan pada ibu hamil normal trimester III d i RS ' Aisyiyah Muntilan', *Jurnal Prosiding Seminar Nasional dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1, pp. 389–399.

Yolandini, Y., Purnamasari, K.D. and Fatimah, S. (2024) 'Gambaran Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester II dan III di TPMB Elis Marlina', *Journal Of Midwifery and Public Health*, 6(1), pp. 35–43.

PERPUSTAKAAN NPP. 6171052A2000001

POLITEKNIK 'AISYIYAH PONTIANAK