

Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Ketidaknyamanan Nyeri Punggung Bawah

Sari Anastasya¹, Ismaulidia Nurvembrianti², Zwesty Kendah³, Yetty Yuniarty⁴

¹²³⁴Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik 'Aisyiyah Pontianak

Jl. Ampera No. 9, Pontianak, Kalimantan Barat

sarianastasya158@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Pada masa kehamilan, ibu sering merasakan ketidaknyamanan baik pada trimester I, II dan III. Rasa ketidaknyamanan yang sering dirasakan oleh ibu hamil adalah nyeri punggung bawah. Ketidaknyamanan dapat mengakibatkan sulit bergerak, susah tidur dan cepat lelah. Untuk itu perlu dilakukan ANC yang komprehensif oleh tenaga kesehatan atau bidan yang berkompeten.

Laporan Kasus: Asuhan berkelanjutan diberikan pada Ny. R di PMB Titin Widianingsih tanggal 22 November jam 23.15 WIB subyeknya Ny. R umur 28 tahun dan By. Ny. R. Jenis data yang digunakan ialah data primer. Data yang diperoleh dengan cara mengumpulkan data dari anamnesis, observasi, pemeriksaan dokumentasi. Kemudian data di analisa dengan cara membandingkan teori yang ada sebelumnya dengan data yang telah didapatkan.

Diskusi: Laporan kasus ini merinci asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester II dengan ketidaknyamanan nyeri punggung bawah menggunakan metode SOAP.

Simpulan: Asuhan kebidanan dilaksanakan menggunakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP. Tidak ditemukan kesenjangan pada hasil data Subjektif dan Objektif. Sehingga setelah semua data terkumpul dapat disimpulkan. Analisis dan melakukan Penatalaksanaan sesuai dengan teori.

Kata Kunci: Kehamilan; Ketidaknyamanan; Nyeri Punggung Bawah

**CASE REPORT:
COMPREHENSIVE MIDWIFERY CARE FOR A SECOND-TRIMESTER
PREGNANT WOMAN WITH LOWER BACK PAIN**

Sari Anastasya¹, Ismaulidia Nurvembrianti², Zwesty Kendah³, Yetty Yuniarty⁴

^{1,2,3,4} Diploma III Midwifery Study Program, 'Aisyiyah Pontianak Polytechnic
Jl. Ampera No. 9, Pontianak, West Kalimantan

sarianastasya158@gmail.com

ABSTRACT

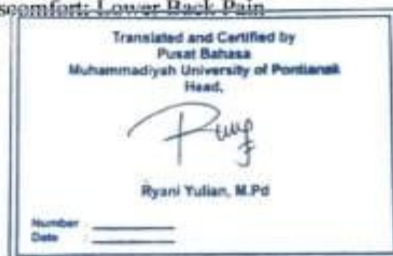
Background: Discomfort during pregnancy often occurs in the first, second, and third trimesters. The most common discomfort experienced by pregnant women is lower back pain. This discomfort can result in difficulty moving, insomnia, and fatigue. Therefore, a comprehensive ANC (Ancestral Health Check-up) by a competent healthcare professional or midwife is essential.

Case Report: Continuing care was provided to Mrs. R, aged 28, and her infant at the Titin Widianingsih maternity clinic on November 22 at 11:15 pm. Primary data used were obtained through history taking, observation, and documentation examination. The data were then analyzed by comparing the findings with relevant theoretical frameworks.

Discussion: This case report details midwifery care for a second-trimester pregnant woman with lower back pain discomfort using the SOAP method.

Conclusion: Midwifery care was implemented using the SOAP documentation approach. No discrepancies were found in the subjective and objective data. Therefore, following comprehensive data collection, appropriate conclusions were drawn, and analysis and management were carried out in accordance with established theory.

Keywords: Pregnancy; Discomfort; Lower Back Pain



PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu proses alami yang memerlukan penyesuaian fisik dan mental. Penyesuaian ini bisa terjadi hingga kehamilan mencapai fase aterm. Kehamilan dimulai dengan proses pembuahan, di mana spermatozoa dan ovum bergabung, kemudian diikuti dengan nidasi atau implantasi. Jika dihitung dari saat pembuahan hingga kelahiran, kehamilan yang normal biasanya berlangsung selama 40 minggu atau sekitar 10 bulan. Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester: trimester pertama (1-12 minggu), trimester kedua (minggu ke-13 sampai ke-27), dan trimester ketiga (minggu ke-28 hingga minggu ke-40) (Riana *et al.*, 2022).

Nyeri punggung adalah masalah yang sering dirasakan oleh wanita yang sedang hamil dan dapat menurunkan interaksi sosial, produktivitas, serta kualitas hidup mereka. Kondisi ini membutuhkan perhatian khusus karena dampak yang besar terhadap kesehatan ibu yang sedang hamil. Dengan demikian, tenaga kesehatan harus mengambil langkah proaktif untuk menyelidiki keluhan berkaitan dengan nyeri punggung dan memberikan tindakan medis yang tepat untuk mengurangi gejala tersebut, sementara wanita hamil mengalami nyeri punggung pada berbagai fase kehamilan, khususnya antara minggu ke-14 dan minggu ke-22 (Riana, 2023).

Wanita hamil yang berada di trimester kedua lebih banyak meminta bantuan dari suami dan anggota keluarga (87,2%) terkait keluhan yang mereka hadapi, sedangkan hanya 12,8% yang meminta bantuan tenaga kesehatan atau bidan. Banyak responden melaporkan mengalami nyeri di bagian bawah punggung. Informasi mengenai masalah punggung bawah biasanya diperoleh dari ibu hamil lain serta orang tua. Ketika mengalami nyeri punggung bawah, mayoritas ibu hamil cenderung meminta bantuan dari suami dan keluarganya. Dalam menangani masalah ini, tenaga medis sangat diperlukan mengedukasi para wanita hamil, suami dan anggota keluarganya serta rutin mengevaluasi mengenai keluhan tersebut (Purnamasari, 2021).

LAPORAN KASUS

Peneliti menyusun laporan ini dengan cara deskriptif observasional melalui pendekatan Continuity of care pada Ny. R di PMB Titin Widiyaningsih Pontianak dari tanggal 18 Juli –30 September 2024. Subyeknya Ny. R Umur 28 tahun G2P1A0M0. Jenis data primer. Peneliti mengumpulkan data dengan menganamnesa, mengobservasi kemudian pemeriksaan hingga mendokumentasikannya serta menganalisa dengan melihat perbandingan teori dan kasus yang ditemui.

Tabel 1.1 Laporan Kasus

Tanggal	18 Juli 2024	30 September 2024
Data Subjektif	<ul style="list-style-type: none"> a. Ibu ingin periksa hamil b. Ibu mengeluh nyeri punggung bawah 	<ul style="list-style-type: none"> a. Ibu ingin periksa hamil b. Ibu tidak ada keluhan
Data Objektif	<ul style="list-style-type: none"> a. KU Baik b. Kesadaran Composmetis c. TD: 96/50 mmhg d. N: 88 x/menit e. S: 36,5 °C f. Sklera tidak ikterik g. Konjungtiva tidak pucat h. BB sebelum hamil 60 kg i. BB sekarang 63,5 kg j. TB 151 Cm k. LILA 27 Cm l. HPHT 20 Febuari 2024 m. UK 22 minggu n. TP 27-11-2024 o. Pemeriksaan Palpasi : Leopod I : TFU (21 cm) teraba ball (+) Leopod II : Tidak dilakukan Leopod III : Tidak dilakukan Leopod IV : Tidak dilakukan p. Palpasi WHO : Tidak dilakukan q. DJJ : 128 x/menit 	<ul style="list-style-type: none"> a. KU Baik b. Kesadaran Composmetis c. TD: 117/77 mmhg d. N: 88 x/menit e. S: 36,5 °C f. Sklera tidak ikterik g. Konjungtiva tidak pucat h. BB sebelum hamil 60 kg i. BB sekarang 65 kg j. TB 151 Cm k. LILA 27 Cm l. HPHT 20 Febuari 2024 m. UK 32 minggu n. TP 27-11-2024 o. Pemeriksaan Palpasi : Leopod I : Tfu 30 cm difundus teraba bulat,lunak.tidak melenting (bokong) Leopod II : : kiri : bagian- bagian kecil (ekstremitas) kanan : panjang keras, seperti papan (punggung) Leopod III : bulat keras melenting (kepala) Leopod IV : Konvergen p. Palpasi WHO : Tidak dilakukan q. DJJ : 150 x/menit

Assasement/	G2P1A0 Hamil 22 minggu janin tunggal hidup	G2P1A0 Hamil 32 minggu janin tunggal hidup presentasi kepala
Penatalaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberitahu hasil masih dibatas normal, yaitu TTV, pemeriksaan fisik, ibu mengerti. 2. Memberitahu keluhan yang ibu rasakan dan cara mengatasinya, bahwa keluhannya dikarenakan pertumbuhan bayi yang semakin besar dan aktivitas yang membuat ibu kelelahan, cara mengatasinya dengan menganjurkan ibu untuk beristirahat sebentar apabila sakit sudah hilang ibu bisa melanjutkan pekerjaan, ibu bersedia untuk melakukan anjuran yang diberikan. 3. Memberi KIE tentang : <ol style="list-style-type: none"> a. Istirahat, meminta ibu untuk tidur siang apabila tidak bekerja setidaknya 1 jam dan tidur malam 8 jam/hari, ibu akan melaksanakan anjuran yang diberikan. b. Aktivitas sehari-hari, menganjurkan ibu untuk tidak melakukan kegiatan yang berlebihan yang membuat ibu kelelahan, ibu akan melaksanakan anjuran yang diberikan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberitahu hasil pemeriksaan masih dibatas normal, yaitu TTV, pemeriksaan fisik, ibu mengerti. 2. Memberi KIE tentang : <ol style="list-style-type: none"> a. Istirahat, meminta ibu untuk tidur siang setidaknya 1 jam dan tidur malam 8 jam/hari, ibu akan melaksanakan anjuran yang diberikan. b. Personal hygiene, ibu disarankan memperhatikan daerah vagina agar tetap bersih, kering dengan cara tidak menggunakan pakaian dalam yang ketat, ibu akan melaksanakan anjuran yang diberikan. c. Senam hamil, menganjurkan ibu untuk melaksanakan senam hamil, ibu bersedia melaksanakan anjuran yang diberikan. d. Nutrisi, menganjurkan ibu untuk makan yang tinggi serat, protein, zat besi, contohnya: Daging merah, sayur hijau (bayam, sawi, dan daun katuk) ikan, tempe, tahu, hati

	<p>c. Senam hamil, menganjurkan ibu untuk melaksanakan senam hamil, ibu bersedia melaksanakan anjuran yang diberikan.</p> <p>d. Nutrisi, menganjurkan ibu untuk makan yang tinggi serat,protein,zat besi, contohnya: Daging merah,sayur hijau (bayam,sawi,dan daun katuk)</p> <p>ikan,tempe,tahu,hati ayam dan memberitahu ibu untuk tidak makan-makanan yang tidak diolah dengan baik/mentah, ibu bersedia melaksanakan anjuran yang diberikan.</p> <p>4. Memberikan ibu suplemen Fe dan cara minumnya.</p> <p>5. Bersama ibu menjadwalkan pemeriksaan ulang bulan depan atau saat ada keluhan</p>	<p>ayam dan memberitahu ibu untuk tidak makan-makanan yang tidak diolah dengan baik/mentah, ibu bersedia melaksanakan anjuran yang diberikan.</p> <p>3. Bersama ibu merencanakan tentang perencanaan persalinan dan kemungkinan kegawatdaruratan,serta mempersiapkan surat menyurat seperti (Buku KIA,KTP,KK,BPJS) dan perlengkapan ibu dan bayi (pakaian bayi dan pakaian ibu)..</p> <p>4. Bersama ibu menjadwalkan pemeriksaan ulang bulan depan atau saat ada keluhan.</p>
--	---	---

DISKUSI

1. Data Subjektif

Data subjektif yang diperoleh yaitu Ny. R menyatakan ini adalah kehamilan kedua saat usia kehamilan mencapai 22 minggu, di mana ibu mengeluhkan nyeri di bagian punggung bawah. Berdasarkan informasi dari (Zein Agustina Bakara et al. , 2024), nyeri punggung dapat terjadi karena beberapa hal termasuk perubahan hormon yang terjadi selama kehamilan, peningkatan

berat badan serta ukuran janin, perubahan posisi tubuh, dan juga peregangan ligamen serta otot perut akibat bertambahnya ukuran rahim. Hormon relaksin berfungsi untuk mengendurkan ligamen, sedangkan pergeseran pusat gravitasi dapat menimbulkan tekanan tambahan pada punggung bagian bawah dan sendi panggul.

2. Data Objektif

Data objektif yang didapatkan dari pemeriksaan menunjukkan bahwa hasil pemeriksaan dalam rentang yang wajar. Sehingga dalam kasus ini peneliti tidak melihat pertimpangan teori dan data yang diperoleh. Rasa sakit pada wanita yang hamil di trimester kedua dapat disebabkan oleh pertumbuhan rahim. Hal ini terjadi karena seiring bertambahnya usia kehamilan, rahim cenderung membesar untuk menyesuaikan diri dengan perkembangan janin. Ukuran rahim yang semakin besar ini akan menarik dan menggerakkan jaringan di sekitarnya, termasuk otot, ligamen, dan organ di area panggul. Proses peregangan ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan, rasa sakit, dan kram, terutama di bagian punggung bawah. (Insani and Pitriani, 2022).

3. Asasement

Diagnosis yang peneliti tegakkan sesuai asuhan di atas yaitu GIIPIA0 usia hamil 22 minggu dengan janin tunggal hidup.

4. Penatalaksanaan

Penatalaksanaan oleh peneliti sudah sesuai pada teori yang ada dan kondisi pasien. Sangat disarankan bagi wanita hamil untuk rutin memeriksakan kehamilannya. Salah satu layanan saat hamil ialah dengan senam hamil yang termasuk olahraga atau latihan yang sudah terorganisir dan memiliki manfaat sebagai berikut: 1) meminimalisir stres saat hamil dan pasca melahirkan, 2) membantu pertumbuhan janin dan plasenta di TM I dan II, 3) meminimalisir komplikasi kehamilan seperti preeklampsia dan diabetes gestasional, 4) memudahkan proses melahirkan, 5) meringankan nyeri punggung pada trimester II dan III (Palupi Eka Isah, Kolifah, 2021). Selain itu, Ny. R juga disarankan untuk meredakan nyeri punggung bawah akibat pertumbuhan bayi yang semakin besar dan aktivitas yang membuatnya lelah, dengan cara beristirahat sejenak.

Setelah rasa sakit reda, ibu dapat melanjutkan pekerjaannya. Menurut (Yolandini, Purnamasari dan Fatimah, 2024), jika nyeri punggung bawah sangat kuat, ibu disarankan untuk beristirahat sejenak dengan menghindari aktivitas fisik karena istirahat lama justru dapat menghambat proses pemulihan. Setelah nyeri berkurang, ibu dianjurkan untuk kembali beraktivitas secara bertahap, dimulai dari pekerjaan yang ringan. Aktivitas dapat meningkat secara perlahan sesuai dengan kemampuan tubuh dan tingkat nyeri yang dirasakan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukannya pengkajian hingga evaluasi, peneliti tidak melihat adanya pertimpangan teori dan data di lapangan serta keluhan yang ibu rasakan sudah teratasi.

PERSETUJUAN PASIEN

Persetujuan sudah didapatkan dan tertanda tanganinnya pada lembar *informed consent*

REFERENSI

- Insani, M.F. and Pitriani, R. (2022) 'Asuhan Kebidanan pada Ibu hamil dengan Kompres Hangat dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Punggung di PMB Ernita Kota Pekan baru Tahun 2022', *Jurnal kebidanan terkini*, 2, pp. 81–85.
- Palupi Eka Isah, Kolifah, A.A.I.M. (2021) 'Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester II Fisiologis dengan Nyeri Punggung di BPM Sri Hardi, Amd. Keb Kecamatan Sumobito Kabupaten Jombang', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(2), pp. 2477–4383. Available at: <http://www.journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/94>.
- Purnamasari, K.D. (2021) 'Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii', *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.25157/jmph.v1i1.2000>.
- Riana, E. *et al.* (2022) 'Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester II', *WOMB Midwifery Journal*, 1(2), pp. 13–17.
- Riana, E. (2023) 'Efektivitas senam hamil terhadap nyeri punggung dan kualitas ibu hamil trimester II', *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 7(2), pp. 113–118. Available at: <https://doi.org/10.32536/jrki.v7i2.274>.
- 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), p. 35. Available at: <https://doi.org/10.25157/jmph.v6i1.16129>.
- Zein Agustina Bakara *et al.* (2024) 'Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester II di Puskesmas Kota Rih Pekan Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022', *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 2(2), pp. 01–12. Available at: <https://doi.org/10.59841/jumkes.v2i2.1065>.