

# Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III

## Dengan Nyeri Perut Bawah di PMB Jamilah

Selvi Rahmawati<sup>1</sup>, Tilawaty Aprina<sup>2</sup>, Ummy Yuniantini<sup>3</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>4</sup>,

<sup>1234</sup>Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik ‘Aisyiyah Pontianak

Jl. Ampera No. 9, Pontianak, Kalimantan Barat

[selvirahmawati162@gmail.com](mailto:selvirahmawati162@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah terjadi dan diperlukan adanya adaptasi dari fisik bahkan psikologis (Ella Khairunnisa *et al.*, 2022). Ketidaknyamanan yang terjadi kepada wanita hamil merupakan hal yang fisiologis, tetapi apabila ketidaknyamanan hanya dibiarkan begitu saja maka akan berdampak terhadap fisik bahkan psikologis terhadap wanita bahkan anak yang dikandungnya (Natalia, 2022). Nyeri di perut bagian bawah serta kram kaki merupakan suatu ketidaknyamanan yang sering terjadi pada masa trimester III yang penyebabnya ialah tertariknya ligamentum sehingga mengakibatkan rasa nyeri seperti kram ringan atau terasa seperti tusukan yang lebih terasa lagi apabila terjadi gerakan dibagian perut bagian bawah (Natalia, 2022).

**Laporan Kasus :** Asuhan komprehensif diberikan di PMB Jamilah dimulai dari tanggal 24 April 2025 sampai dengan 20 Juni 2025. Jenis data yang dipakai ialah data primer dengan cara menggali informasi, pemeriksaan, pengamatan serta pengumpulan data. Analisa data dilaksanakan melalui penilaian data yang ditemukan dengan teori penelitian.

**Diskusi :** Laporan ini menjelaskan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan anemia ringan menggunakan metode SOAP.

**Kesimpulan :** Pada asuhan kebidanan kehamilan diusia 35 minggu didapatkan hasil pemeriksaan subjektif Ny. S mengalami nyeri perut bagian bawah. Diberikan asuhan sesuai teori kemudian di usia kehamilan 38 minggu asuhan yang diberikan sebelumnya berhasil.

**Kata Kunci:** Asuhan, Kehamilan, Nyeri perut bawah

## Midwifery Care for Third-Trimester Pregnant Women with Lower Abdominal Pain at PMB Jamilah

Selvi Rahmawati<sup>1</sup>, Tilawaty Aprina<sup>2</sup>, Ummiy Yuniantini<sup>3</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Diploma III Midwifery Program, Politeknik ‘Aisyiyah Pontianak  
Jl. Ampera No. 9, Pontianak, West Kalimantan

[selvirahmawati162@gmail.com](mailto:selvirahmawati162@gmail.com)

### ABSTRACT

**Background:** Pregnancy is a natural physiological process that requires both physical and psychological adaptation (Ella Khairunnisa et al., 2022). Discomfort experienced by pregnant women is considered physiological; however, if it is left unmanaged, it may affect the physical and psychological condition of both the mother and the fetus (Natalia, 2022). Lower abdominal pain and leg cramps are common discomforts in the third trimester, primarily caused by the stretching of ligaments, resulting in mild cramping sensations or stabbing pain that becomes more noticeable with lower abdominal movement (Natalia, 2022).

**Case Report:** Comprehensive midwifery care was provided at PMB Jamilah from April 24 to June 20, 2025. Primary data were collected through interviews, physical examinations, observations, and documentation. Data analysis was conducted by comparing the findings with relevant theoretical and research frameworks.

**Discussion:** This report describes the provision of midwifery care for a pregnant woman with mild anemia using the SOAP method.

**Conclusion:** At 35 weeks of gestation, the subjective examination revealed that Mrs. S experienced lower abdominal pain. Appropriate care based on theoretical guidelines was provided, and by 38 weeks of gestation, the previously administered care was found to be effective.

**Keywords:** Midwifery care, Pregnancy, Lower abdominal pain

Translated and Certified  
Pusat Bahasa  
Muhammadiyah University of Pontianak  
Head,

Ryani Yulian, M.Pd

Number : \_\_\_\_\_  
Date : \_\_\_\_\_

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses alami yang dialami oleh seorang wanita dan membutuhkan penyesuaian baik secara fisik maupun emosional. Perubahan tubuh dan perasaan ini dapat terjadi hingga akhir masa kehamilan. Kehamilan terjadi ketika sel sperma bertemu dengan sel telur, kemudian menempel dan berkembang di dalam rahim. Lama kehamilan normal biasanya sekitar 40 minggu atau 10 bulan. Kehamilan dibagi menjadi tiga bagian, yaitu: Trimester pertama: minggu 1 sampai 12, Trimester kedua: minggu 13 sampai 27, serta Trimester ketiga: minggu 28 sampai 40 (Ella Khairunnisa *et al.*, 2022).

Kehamilan adalah masa penting yang berpengaruh pada kualitas generasi di masa depan, karena perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh kondisi janin saat masih dalam kandungan. Selama hamil, kebutuhan nutrisi menjadi sangat penting karena memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Ibu hamil membutuhkan nutrisi yang berbeda dibanding wanita yang tidak hamil, karena ada bayi yang sedang berkembang di dalam rahimnya.

Rasa tidak nyaman pada ibu hamil sebenarnya wajar terjadi. Namun, jika dibiarkan begitu saja, kondisi tersebut bisa memunculkan masalah fisik dan emosional bagi ibu maupun bayi. Secara fisik, ibu bisa merasakan nyeri yang terus muncul, terutama di bagian perut bawah. Nyeri tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan membuat ibu sulit beristirahat karena sering mengalami kram saat tidur. Secara psikologis, wanita juga bisa merasakan tertekan dan beranggapan kehamilan sebagai beban yang berat sehingga merasa tidak nyaman menjalani kehamilannya. Sebagai seorang bidan, hal yang bisa dilaksanakan ialah memberikan konseling tentang cara mengatasi keluhan serta melakukan pencegahan, seperti melalui senam hamil serta pemberian kalsium (Natalia, 2022).

Pada trimester ketiga kehamilan, ibu sering merasakan nyeri di perut bagian bawah serta kram kaki. Hal ini terjadi karena ligamen (jaringan penghubung otot dan tulang) tertarik sehingga menimbulkan rasa nyeri seperti kram ringan atau seperti ditusuk, terutama saat bergerak tiba-tiba. Kram kaki juga bisa terjadi karena kekurangan kalsium, perubahan di sistem pernapasan, tekanan rahim pada saraf, kelelahan, serta aliran darah ke kaki yang kurang lancar. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menimbulkan rasa sakit yang tiba-tiba akibat otot berkontraksi dan membuat tubuh tidak nyaman. Untuk mengurangi keluhan tersebut, ibu hamil dapat melakukan peregangan sederhana, olahraga

ringan seperti senam hamil, serta menerapkan posisi tubuh dan cara bergerak yang benar (*body mechanic*) (Natalia, 2022).

## LAPORAN KASUS

Laporan ini dilakukan dengan metode wawancara dan observasi pada Ny. S dari tanggal 24 April 2025 - 10 Mei 2025. Pada proses pengumpulan data, peneliti menganamnesa, kemudian melakukan observasi serta memeriksa dan membuat dokumentasi mengenai hasil temuan selama melakukan penelitian. Analisis data didapatkan dengan melakukan perbandingan terhadap teori dan hasil temuan yang didapatkan oleh peneliti di lahan praktik.

Tabel 1. Laporan Kasus

Tanggal	24 April 2025	10 Mei 2025
Data Subjektif	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Ibu memberitahu dirinya ingin periksa hamil</li> <li>b. Ibu memberitahu HPHT tanggal 7 Agustus 2024.</li> <li>c. Ibu mengeluh nyeri perut bagian bawah.</li> <li>d. Ibu memberitahu ini adalah kehamilannya yang kedua</li> <li>e. Ibu memberitahu dirinya tidak mempunyai riwayat penyakit kesehatan reproduksi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Ibu memberitahu dirinya ingin periksa hamil</li> <li>b. Ibu mengatakan sudah tidak merasakan nyeri perut bawah lagi</li> <li>c. Ibu mengeluh sudah merasakan kontraksi palsu</li> </ul>
Data Objektif	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. KU : Baik</li> <li>b. Kesadaran ibu komposmentis</li> <li>c. Tekanan darah ibu 125/73 mmHg</li> <li>d. Pernapasan ibu 24 x/menit</li> <li>e. Nadi 97 x/menit</li> <li>f. Suhu ibu 36,5°C</li> <li>g. Sklera tidak kuning</li> <li>h. Konjungtiva tidak pucat</li> <li>i. Berat badan ibu sebelum hamil 49,8 kg</li> <li>j. Berat badan ibu sekarang 58,6 kg</li> <li>k. Tinggi badan ibu 159 cm</li> <li>l. Lingkar Lengan atas 23 cm</li> <li>m. HPHT 07-08-2024</li> <li>n. UK 35 minggu</li> <li>o. TP 14-05-2025</li> <li>p. Pemeriksaan Palpasi :           <ul style="list-style-type: none"> <li>Leopold I : TFU : 27 cm. Bagian atas perut ibu : lembek, bundar (bokong janin)</li> <li>Leopold II : Bagian kiri perut ibu : memanjang, keras, memapan (punggung janin). kanan : bagian</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. KU : Baik</li> <li>b. Kesadaran ibu komposmentis</li> <li>c. Tekanan darah ibu 102/89 mmHg</li> <li>d. Pernapasan ibu 20 x/menit</li> <li>e. Nadi ibu 92 x/menit</li> <li>f. Subu ibu 36,5°C</li> <li>g. Sklera tidak kuning</li> <li>h. Konjungtiva tidak pucat</li> <li>i. Berat badan ibu sebelum hamil 49,8 kg</li> <li>j. Berat badan ibu sekarang 58,9 kg</li> <li>k. Tinggi badan 159 cm</li> <li>l. Lingkar Lengan atas 23 cm</li> <li>m. HPHT 07-08-2024</li> <li>n. Ukuran kehamilan ibu 38 minggu</li> <li>o. Tafsiran persalina ibu 14-05-2025</li> <li>p. Pemeriksaan Palpasi : Leopold I : TFU : 29 cm. Bagian atas perut ibu: bundar, lembek (bokong janin). Leopold II : Bagian kiri</li> </ul>

	<p>bagian kecil (ekstremitas janin). Leopold III : Bagian bawah perut ibu : bulat, keras, (kepala janin), belum masuk PAP. Leopold IV : Tidak dilakukan.</p> <p>q. TBBJ : 2325 Gram r. DJJ : 140 x/menit</p>	<p>perut ibu teraba panjang, keras, memapan (punggung janin). Bagian kanan perut ibu: bagian kecil janin (ekstremitas janin). Leopold III : Bagian bawah perut ibu : bulat, keras, (kepala janin), sudah masuk PAP. Leopold IV : Tidak dilakukan</p> <p>q. TBBJ : 2635 Gram r. DJJ : 139 x/menit</p>
Assasement	GIPIA0 hamil 35 minggu Janin Tunggal Hidup presentasi kepala.	GIPIA0 hamil 38 minggu Janin Tunggal Hidup presentasi kepala.
Penatalaksanaan	<p>a. Menyampaikan hasil pemeriksaan umum antropometri, TTV, serta pemeriksaan fisik tidak ada masalah (ibu mengerti)</p> <p>b. Menjelaskan cara mengatasi keluhan yang ibu rasakan yaitu dengan olahraga ringan seperti jalan santai dipagi hari (ibu mengerti)</p> <p>c. Memberitahu ibu mengenai nutrisi serta peningkatan gizi pada ibu seperti mengkonsumsi sayuran hijau, buah-buahan, dan daging.</p> <p>d. Memberitahu ibu untuk rutin minum tablet Fe 2x1 di malam hari sebelum tidur untuk menghindari terjadinya mual (Ibu mengerti)</p> <p>e. Mengajurkan ibu mencukupi kebutuhan istirahatnya agar tubuh sehat dan dapat mengurangi stress (Ibu mengerti)</p>	<p>a. Menyampaikan hasil pemeriksaan (ibu mengerti)</p> <p>b. Menjelaskan cara mengatasi keluhan yang ibu rasakan (relaksasi pernapasan untuk mengurangi mulas)</p> <p>c. Memberitahu ibu mengenai nutrisi serta peningkatan gizi pada ibu seperti mengkonsumsi sayuran hijau, buah-buahan, dan daging.</p> <p>d. Mengajurkan ibu untuk rutin minum tablet Fe 2x1 sebelum tidur malam (ibu mengerti)</p> <p>e. Menjelaskan resiko anemia pada persalinan (ibu mengerti)</p> <p>f. Mengajurkan ibu untuk jalan santai (ibu mengerti)</p> <p>g. Memberitahu ibu untuk melengkapi perlengkapan persalinan (ibu mengerti)</p> <p>h. Memberitahu ibu mengenai kunjungan ulang pada 1 sampai 2 minggu kedepannya dan segera berkunjung apabila ada keluhan (ibu mengerti)</p>

## DISKUSI

### 1. Data Subjektif

Data subjektif yang ditemukan pada tanggal 24 April 2025 yaitu Ny. S di usia kehamilan 35 minggu ibu mengatakan sering mengeluh nyeri perut bagian bawah. Menurut Miftahul Hakiki, 2019 sering merasa nyeri pada perut bagian bawah penyebabnya kemungkinan karena selama kehamilan terjadinya hypertropi serta peregangan di ligamentum, pada saat kehamilan terjadinya penekanan di ligamentum dikarenakan uterus yang membesar. Menurut Aida Fitriani *et al.*, 2022 nyeri perut

bagian bawah juga disebabkan oleh perubahan hormon progesteron dan relaxin yang akan mengakibatkan ligament di tulang belakang tidak seimbang sehingga mempermudah terjepit pembuluh darah serta serabut saraf dikarenakan elastisitas serta flexibilitas otot yang mengakibatkan nyeri di tulang belakang.

## 2. Data objektif

Data objektif yang didapatkan pada pemeriksaan ialah keadaan umum Ny. S baik, kesadaran compositus dan tanda vital baik, pada usia kehamilan 35 minggu didapatkan palpasi leopold TFU 27 cm kepala sudah masuk pintu atas panggul menurut Sri Hadi, 2023 kepala janin yang telah memasuki pintu atas panggul merupakan tanda permulaan persalinan. Umumnya kepala janin memasuki pintu atas panggul (PAP) terjadi pada akhir usia kehamilan, masuknya kepala janin pada pintu atas panggul terjadi pada usia kehamilan 38 minggu.

## 3. Assesment

Berdasarkan kasus di atas ditegakkan diagnosa asuhan kebidanan yaitu GIPIAO usia kehamilan 35 minggu dengan ketidaknyamanan nyeri perut bagian bawah.

## 4. Penatalaksanaan

Penatalaksana yang diberikan pada kasus ini yaitu memberikan asuhan sesuai dengan masalah yang dialami Ny. S. Peneliti memberikan asuhan tentang penanganan nyeri perut bagian bawah yaitu dengan olahraga ringan serta jalan santai di pagi hari. Menurut Miftahul Hakiki, 2019 menyatakan bahwa untuk mengurangi rasa tidak nyaman, ibu hamil bisa melakukan peregangan ringan atau senam hamil agar otot lebih rileks, serta menerapkan posisi tubuh yang baik saat beraktivitas. Salah satu cara untuk mengurangi rasa tidak nyaman selama kehamilan adalah dengan melakukan senam hamil. Senam hamil adalah latihan gerakan sederhana yang bertujuan menjaga kesehatan dan kebugaran ibu hamil, serta mempersiapkan fisik dan mental ibu agar siap menghadapi persalinan. Senam ini memiliki banyak manfaat, seperti membantu melatih pernapasan, membuat tubuh lebih rileks, memperkuat otot panggul dan perut, serta mengajarkan cara mengejan yang benar saat melahirkan. Karena itu, senam hamil sangat dianjurkan agar proses persalinan dapat berjalan lebih lancar dan nyaman (Redowati *et al.*, 2024).

## KESIMPULAN

Setelah dilaksanakannya pengkajian hingga pengevaluasian kasus tidak terjadinya kesenjangan antar teori dan kasus praktik di lapangan. Hasil evaluasi bahwa asuhan yang diberikan oleh peneliti dan bidan sesuai dengan teori sehingga masalah yang dialami Ny. S tertangani dengan baik.

## PERSETUJUAN PASIEN

Peneliti sudah mendapatkan persetujuan pada pengkajian serta penelitian asuhan kebidanan terhadap pasien yang terlampir pada lembar *informed consent*.

## REFERENSI

- Aida Fitriani, S.S.T.M.K. *et al.* (2022) *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*.
- Bdn. Miftahul Hakiki, S.ST., M.Kes. Lia Aria Ratmawati, S.ST., M.Kes. Tria Eni Rafika Devi, S.ST., M.K. (2019) *ASUHAN KEBIDANAN PADA BAYI BARU LAHIR, Sustainability (Switzerland)*.
- Ella Khairunnisa *et al.* (2022) ‘Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III’, *WOMB Midwifery Journal*, 1(2), pp. 13–17. Available at: <https://doi.org/10.54832/wombmidj.v1i2.69>.
- Natalia, L. and Handayani, I. (2022) ‘Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester III : Sebuah Laporan Kasus Asuhan Kehamilan’, *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(2), pp. 302–307. Available at: <https://doi.org/10.34011/jks.v3i2.1184>.
- Sri Hadi Sulistiyaningsih and Siti Ni'amah (2023) ‘Senam Gymball Mempercepat Penurunan Kepala Bayi Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III’, *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(02). Available at: <https://doi.org/10.61902/wasathon.v1i02.635>.
- Redowati, T.E. *et al.* (2024) ‘Ketidaknyamanan Nyeri Perut Bagian Bawah pada Ibu Hamil Trimester III’, *Jurnal Kesehatan Wira Buana*, 8(2), pp. 2541–5387.