



RESEARCH ARTICLE

# Asuhan Kebidanan Berkelanjutan pada Ny. S, Ny.P, Ny.R di Wilayah Pagelaran Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu, Lampung

Hellen Febriyanti<sup>1\*)</sup>; Nila Qurniasih<sup>2</sup>; Inggit Primadevi<sup>3</sup>

Published online: 25 November 2022.

## Abstract

Back Pain during pregnancy can be influenced by changes in hormone levels, the hormones estrogen, progesterone, and relaxin, Pregnancy exercise is very good for stimulating the body's repair maintenance system, maintenance of body repair, can increase heart strength and circulation, and tighten loose muscles, maintain joint flexibility, good for body image, and can relieve stress and make the body more comfortable. Based on the data above, the authors take the formulation of the problem in this report. Can pregnancy exercise in third-trimester pregnant women reduce back pain in pregnancy? This Final project report is in the form of a case study using the SOAP method of documentation. The subjects of this study were pregnant women in the third trimester, maternity, postpartum, and newborns until the mother could decide on the family planning method. In data collection, it is done by using anamnesis, physical, examination, processed and analyzed cases. The results showed that pregnancy care by providing pregnancy exercise care to 3 pregnant women who experienced back pain during. Of the three pregnancy cases that were followed, all patients had been given an intervention by doing pregnancy exercises to show a decrease in back pain. this is stated by the results of interviews with patients that back pain is reduced after doing exercise during pregnancy and one patient said that sleep becomes more restful after doing exercise during pregnancy.

Keywords: back pain, pregnancy, pregnancy exercise

**Abstrak:** Nyeri punggung selama kehamilan dapat dipengaruhi oleh perubahan kadar hormon, hormon estrogen, progesterone, dan relaxin pada kehamilan Senam hamil sangat baik untuk merangsang system pemeliharaan perbaikan tubuh, dapat meningkatkan kekuatan dan sirkulasi jantung, serta mengencangkan otot-otot yang mengendur, menjaga fleksibilitas sendi, bagus untuk poster tubuh, serta dapat menghilangkan stress dan membuat tubuh menjadi lebih nyaman. Berdasarkan data diatas maka penulis mengambil rumusan masalah dalam laporan ini Apakah senam hamil pada ibu hamil trimester III dapat mengurangi nyeri punggung pada kehamilan? Laporan Tugas Akhir ini dalam bentuk studi kasus dengan menggunakan pendokumentasian metode SOAP. Subjek penelitian ini adalah ibu hamil trimester III, bersalin, nifas, bayi baru lahir, hingga ibu dapat memutuskan metode KB. Dalam pengumpulan data, dilakukan dengan menggunakan anamnesa, pemeriksaan fisik, kasus diolah dan dianalisis. Hasil penelitian diperoleh bahwa asuhan kehamilan dengan memberikan asuhan senam hamil kepada 3 ibu hamil yang mengalami nyeri punggung saat kehamilan. Dari ketiga kasus kehamilan yang diikuti bahwa semua pasien telah diberikan intervensi dengan melakukan senam hamil untuk memperlihatkan penurunan nyeri punggung. Hal ini dinyatakan oleh hasil wawancara kepada pasien bahwa nyeri punggung menjadi berkurang setelah melakukan senam hamil dan satu pasien mengatakan bahwa tidur menjadi lebih nyenyak setelah dilakukan senam hamil.

1,2,3,4\*) Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

\*) *corresponding author*

Hellen Febriyanti, S.ST., M.Kes  
Universitas Aisyah Pringsewu Lampung  
Eg: Jl. A. Yani 1A Tambahrejo, Kecamatan Gadingrejo  
Kabupaten Pringsewu, Lampung – Indonesia 35372

Email: hellenfebriyanti06@gmail.com

Kata kunci: Nyeri Punggung, Kehamilan, Senam Hamil

## PENDAHULUAN

*Continuity of care* (COC) dalam kebidanan adalah serangkaian kegiatan pelayanan yang berkelanjutan dan menyeluruh mulai dari kehamilan, persalinan, nifas, pelayanan bayi baru lahir serta pelayanan keluarga berencana yang menghubungkan kebutuhan kesehatan

perempuan khususnya dan keadaan pribadi setiap individu (Homer et al., 2014 dalam ningsih 2017)

Bidan merupakan profesi kunci dalam pelayanan terhadap perempuan selama daur kehidupan. Dan hasil telaah sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa bidan mempunyai otoritas besar terhadap kesejahteraan kesehatan perempuan. Sehingga profesionalisme bidan merupakan elemen penting dalam pemberdayaan perempuan. Layanan kebidanan didasarkan pada pemenuhan kebutuhan perempuan, memberikan rasa nyaman dan bersikap yang baik serta kemampuan komunikasi yang baik. Pentingnya mendengarkan dari pihak perempuan memungkinkan dapat berkontribusi dalam pengambilan keputusan. Membangun hubungan kepercayaan sehingga perempuan merasa berdaya guna terhadap kondisi dirinya. (Nardina, 2021).

Angka kematian ibu dilihat dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2020 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus. (Kemenkes RI, 2021)

Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) merupakan nyeri punggung terjadi antara tulang rusuk kedua belas dan lipatan bokong. Nyeri punggung pada kehamilan adalah gejala yang umum selama kehamilan (50%) dan (49%) dari wanita hamil mengeluh sakit daerah pinggul yang berlangsung lebih dari tiga bulan. Tahun pertama setelah persalinan 72% dari wanita yang mengalami nyeri pinggul dan panggul, beberapa mengeluh sakit terus menerus di punggung bawah dan daerah panggul hingga 3 tahun setelah persalinan. (Rosida, dkk 2021)

Senam hamil sangat baik untuk merangsang system pemeliharaan perbaikan tubuh, dapat meningkatkan kekuatan dan sirkulasi jantung, serta mengencangkan otot-otot yang mengendur, menjaga fleksibilitas sendi, bagus untuk poster tubuh, serta dapat menghilangkan stress dan membuat tubuh menjadi lebih nyaman. (Kusumawati, 2019)

Berdasarkan penelitian kurniasih 2019 dengan judul pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil di dapat bahwa hasil dari pre test dan post test pada kelompok kontrol mayoritas dengan intensitas nyeri sedang yaitu 7 orang (50%) dan nyeri berat yaitu 6 orang (42%), sedangkan pada kelompok intervensi mayoritas nyeri ringan yaitu 7 orang (50%) dan nyeri sedang yaitu 7 orang (50%). Berdasarkan analisa statistik didapatkan nilai p value adalah 0,001 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya senam hamil efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Mundu Kabupaten Cirebon.

Penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dapat dilakukan dengan menjamin kesehatan ibu yang berkualitas, seperti pelayanan kesehatan ibu hamil, pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan yang terlatih di fasilitas pelayanan kesehatan. Perawatan pasca persalinan bagi ibu dan bayi, perawatan khusus dan rujukan jika terjadi komplikasi, serta perawatan keluarga berencana (Kemenkes 2015 dalam legawati 2018).

Berdasarkan hasil Survey yang telah dilakukan kepada ibu hamil, bahwa dari 3 ibu hamil yang dilakukan wawancara ibu hamil mengalami nyeri punggung dan ibu hamil belum pernah melakukan senam hamil selama kehamilannya. Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan kepada ibu hamil secara Komprehensif mulai dari masa kehamilan dengan

memberikan asuhan senam hamil, persalinan, bayi baru lahir, nifas, serta keluarga berencana.

## METODE ASUHAN

Metode yang digunakan dalam asuhan komprehensif pada ibu hamil, bersalin, nifas, BBL dan KB adalah Jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal. Unit tunggal dapat berarti satu orang atau sekelompok penduduk yang terkena suatu masalah (Notoatmodjo, 2014).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari ketiga kasus kehamilan yang diikuti bahwa semua pasien telah diberikan intervensi dengan melakukan senam hamil untuk memperlihatkan penurunan nyeri punggung. Hal ini dinyatakan oleh hasil wawancara kepada pasien bahwa nyeri punggung menjadi berkurang setelah melakukan senam hamil dan satu pasien mengatakan bahwa tidur menjadi lebih nyenyak setelah dilakukan senam hamil.

Berdasarkan teori Nyeri punggung terjadi karena adanya perubahan pada hormon kehamilan yang meningkatkan kadar hormon relaksin, hal ini mempengaruhi fleksibilitas jaringan ligamen yang akhirnya meningkatkan mobilitas sendi di pelvis dan akan berdampak pada ketidakstabilan spinal dan pelvis serta menyebabkan rasa tidak nyaman. Faktor predisposisi lainnya yang menyebabkan nyeri punggung berkaitan dengan penambahan berat badan, perubahan postur yang cepat, nyeri punggung terdahulu, dan peregangan yang berulang. (Rukiyah, 2012).

Pada pasien dianjurkan menggunakan KB Suntik 3 bulan. Kecuali pada Ny.S disarankan menggunakan KB jangka Panjang dimana dilihat dari kelahiran Ny.S sudah memiliki 4 orang anak sehingga penulis menganjurkan menggunakan KB jangka Panjang. Peneliti menganjurkan menggunakan KB Suntik 3 bulan karena sesuai kondisi yaitu menginginkan alat kontrasepsi KB suntik jangka menengah, ibu menyusui, usia ibu. Peneliti juga menganjurkan ibu untuk meminta persetujuan kepada suami untuk dilakukan KB suntik 3 bulan. Kontrasepsin suntikan mengandung hormone sintetik.

Telah dilakukan suntik KB 3 bulan pada ketiga pasien. berdasarkan teori diatas tidak ditemukan kesenjangan antara teori dan praktik dalam asuhan KB. Untuk pasien Ny.S juga telah mendapatkan kb suntik 3 bulan, dikarenakan Ny.S menolak menggunakan KB jangka Panjang, namun Kb suntik 3 bulan dapat digunakan pada Ny.S karena dari data yang di dapat Ny. S tidak memiliki riwayat hipertensi, tidak ada riwayat penyakit diabetes serta tidak memiliki riwayat penyakit lainnya yang menyebabkan tidak di perbolehkan menggunakan kb suntik, sehingga Ny. S dapat diberikan suntik KB 3 bulan

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari ketiga kasus kehamilan yang diikuti bahwa semua pasien telah diberikan intervensi dengan melakukan senam hamil untuk memperlihatkan penurunan nyeri

punggung. Hal ini dinyatakan oleh hasil wawancara kepada pasien bahwa nyeri punggung menjadi berkurang setelah melakukan senam hamil dan satu pasien mengatakan bahwa tidur menjadi lebih nyenyak setelah dilakukan senam hamil. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memberikan asuhan pada ibu hamil dengan membandingkan senam hamil dengan yoga sebagai salah satu cara untuk mengurangi rasa nyeri pada kehamilan trimester III.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agnesti. 2019. *Senam Hamil Praktis*. Yogyakarta: Medpres
- Amelia, C. (2018). Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. "S" G4p3a0 38 Minggu Kehamilan Normal di Bpm Lilis Suryawati, S. St, M. Kes Desa Sambong Dukuh Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.
- Aslina dan Febrianti. (2019). *Teori dan Implementasi Dalam Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Dartiwen. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta: Cv Andi Offset
- Fitriyana Yuni. 2018. *Asuhan Persalinan*. Yogyakarta. Pustaka Baru Press
- Hartini. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang: Wineka Media
- Jeepi Norma. 2019. *Pengantar Asuha Kebidanan*. Jakarta. CV Trans Info Media.
- Kemendes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kusumawati. 2019. *Bugar Dengan Senam Hamil*. Sidoharjo: Zifatama Jawarah
- Kurniasih. 2019. *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil*. Jurnal Kesehatan. Vol.10 No.1. DOI: <http://dx.doi.org/10.38165/jk>
- Legawati. 2018. *Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Malang: Wineka Media
- Mutmainnah Annisa, Herni Johan, dkk. 2017. *Asuhan Persalinan Normal Dan Bayi Baru Lahir*. Yogyakarta : ANDI (Anggota IKAPI)
- Nardina,dkk. 2021. *Etikolegal Dalam Praktik Kebidanan I*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Ningsih Andriya. 2017. *Continuity of Care Kebidanan Midwifery Continuity of Care*. Oksitosin, Kebidanan. Vol.IV.2 hal 67-77
- Nurasiah Ai. (2015). *Asuhan Persalinan Normal Bagi Bidan*.Kuningan: Rafika Aditama
- Pratiwiningsih, dkk. 2021. *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jawa Barat: Cv Jejak Anggota Ikapi
- Pitriani Dan Rika 2014. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Yogyakarta: Deepublish
- Proverawati atika. 2018. *Anemia dan anemia kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Mediak
- Rosida Dkk. 2021. *Solusi Low Back Pain Pada Kehamilan Dengan Terapi Akupuntur Auricular*. Malang. PT Cita Intrans Selaras
- Rukiah, Ai Yeyeh. Dkk. 2012. *Asuhan Kebidanan 1 Kehamilan Edisi Revisi*. Jakarta: Trans Info Media
- Sutanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Sulfianti, Dkk. 2020. *Asuhan Kebidanan Pada Persalinan*. Medan. Yayasan Kita Menulis
- Umiyah. 2022. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Bogor. Get Pres
- Wulandari, Dkk. 2021. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bandung. Penerbit Media Sains Indonesia
- Yuliani, Dkk. 2021. *Asuhan Kehamilan*. Medan: Yayasan Kita Menulis
- Yulianti. 2019 *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Makasar: Cendikia Publisher
- Yunita. 2019. *Penggunaan Kontrasepsi Dalam Praktik Klinik dan Komunitas*. Malang: UB Pres
- Watelain E, Pinti A, Doya R, Garnier C, Toumi H, Boudet S. Benefits of physical activities centered on the trunk for pregnant women. *Phys Sportsmed*. 2017 Sep;45(3):293-302. doi: 10.1080/00913847.2017.1351286. Epub 2017 Jul 27. PMID: 28678599.

