

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada Ny. I yang dilaksanakan pada tanggal 30 Maret 2024 saat usia kehamilan klien 33 minggu sampai tanggal 27 April 2024 saat usia kehamilan klien 37 minggu. Maka penulis akan membuat pembahasan sebagai berikut :

#### **A. Data Subjektif**

Pada data subjektif ditemukan bahwa Ny. I hamil anak kedua tidak pernah keguguran dengan HPHT 07-08-2023 (33 minggu). Ibu mengeluh nyeri pada bagian punggung bawah sejak 2 hari yang lalu dengan skala nyeri yang dirasakan 6 dari 10. Keluhan ini sangat mengganggu aktivitas ibu sehari-hari. Dari hasil pengkajian diketahui nyeri punggung yang ibu alami karena ibu sering mengangkat beban yang berlebih, naik turun tangga yang sering, serta body mekanik yang salah seperti cara duduk terlalu lama saat mencuci pakaian. Apabila wanita hamil tidak menggunakan body mekanik yang tepat maka akan meningkatkan nyeri punggung, bahkan cedera muskuloskeletal pada daerah vertebra atau tulang belakang akan meningkat.

Menurut Penelitian Varney, Menjelaskan Nyeri punggung bawah merupakan nyeri punggung yang terjadi pada area lumbosacral. Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring dengan bertambahnya usia kehamilan akibat dari pergeseran pusat gravitasi dan postur tubuhnya.<sup>1</sup>

Body mekanik yang tepat pada ibu hamil dapat menyeimbangkan posisi tubuh pada ibu hamil terutama tulang punggung yang lordosis, mekanika tubuh yang tepat juga memfasilitasi pergerakan tubuh, yang memungkinkan mobilisasi fisik tanpa terjadi ketegangan otot dan penggunaan kekuatan otot yang berlebihan sehingga dapat mengurangi terjadinya resiko cedera pada daerah otot dipinggang.<sup>29</sup>

Usaha ibu selama ini untuk mengatasi nyeri punggungnya yaitu memperbanyak

istirahat dengan mengurangi aktivitas kegiatan sehari-hari seperti membersihkan rumah, mengepel, menyapu, mengurangi pekerjaan yang berat, dan ibu meminta bantuan suami untuk mengolesi bagian punggung ibu dengan minyak aromatherapy, namun keluhan nyeri punggung tersebut tidak juga berkurang.

Dari hasil pengkajian, didapatkan data ibu rutin memeriksakan kehamilannya ke puskesmas sampai dengan 6 kali di Puskesmas Ciseeng. Berdasarkan rekomendasi Kemenkes RI, Ibu hamil minimal 6 kali selama kehamilannya dengan waktu dua kali di Trimester 1 (0-12 minggu), satu kali di trimester 2 (12 minggu-24 minggu), dan tiga kali di trimester 3 (25 minggu-40 minggu). Dimana minimal 2 kali ibu hamil kontak dengan dokter (1 kali trimester 1, 1 kali trimester 3). Dan ibu sudah melakukan USG sebanyak 3x, pada saat USG trimester pertama untuk mendeteksi usia kehamilan dan kelainan janin, USG trimester kedua untuk melihat pertumbuhan dan perkembangan janin, USG trimester ketiga untuk mempersiapkan persalinan, kondisi bayi dan plasenta.

Pengkajian pada pola kebiasaan sehari-hari, untuk nutrisi ibu makan 3 porsi dalam sehari dengan porsi sedang, dengan 1 potong lauk, tahu, tempe sayur dan buah, terkadang makan selingan seperti biskuit. Terdapat perubahan pola makan dari sebelum hamil dan tidak ada pantangan makan saat hamil. Kebutuhan nutrisi ibu hamil yaitu makan secukupnya, cukup mengandung protein, hewani dan nabati, karena kebutuhan kalori ibu pada saat hamil yang diperlukan dalam sehari adalah 300 kalori pada trimester II dan III. Ibu minum 9-10 gelas sehari, terkadang pada siang hari ibu mengkonsumsi teh manis namun tidak terlalu sering. Kebutuhan hidrasi ibu hamil adalah minum sebanyak 9-10 gelas (lebih dari 2 liter) sehari.

Ibu mengatakan mandi 2-3 kali sehari, mengganti pakaian dalam setiap mandi atau saat terasa lembab. Hal ini sudah sesuai dengan kemenkes yaitu cara membersihkan dari depan kebelakang kemudian dikeringkan dengan handuk kering.<sup>13</sup> Ibu mengatakan pola hubungan badan dilakukan 1 kali dalam 1 minggu. Pada trimester III hubungan seksual dilakukan dengan hati-hati karena dapat menimbulkan kontraksi uterus sehingga kemungkinan dapat terjadi partus

premature, fetal bradycardia pada janin sehingga dapat menyebabkan fetal distress tetapi tidak berarti dilarang.<sup>13</sup>

## **B. Data Objektif**

Keadaan ibu pada saat datang ke Puskesmas tampak memegang bagian punggungnya, Penulis mendapatkan hasil pemeriksaan Antropometri dengan hasil BB sebelum hamil : 50 kg, BB saat ini : 65 kg, IMT : 20 (termasuk kategori berat badan normal). Menurut teori IMT normal yaitu 19,8 – 26,0, Kenaikan BB : 15 kg, kenaikan berat badan yang dianjurkan adalah 11,5 – 16 kg. TTV dengan hasil tekanan darah ibu normal yaitu 100/70. Menurut teori, tekanan darah dalam batas normal yaitu 100/70-120/80 mmHg, tekanan darah dikatakan tinggi bila lebih dari 140/90 mmHg, nadi 82x/ menit, pada wanita dewasa normal, frekuensi denyut jantung yang teratur kira-kira 70 denyut per menit dengan rentan antara 60-100 denyut permenit. respirasi 21x/menit, suhu 36, 2 C. Menurut Johnson dan Taylor suhu tubuh adalah keseimbangan antara panas yang diperoleh dan panas yang hilang, nilai normal suhu tubuh antara 35-37°C. pada saat dilakukan pemeriksaan head to toe didapatkan hasil wajah tampak sakit karena keluhan nyeri pada bagian punggung pada bagian bawah, tidak ada odema, tidak ada pembengkakan.

Menurut hasil penelitian, bahwa keluhan nyeri punggung yang ibu alami terjadi karena pertumbuhan uterus yang menyebabkan perubahan postur tubuh ibu hamil sehingga terjadi peningkatan tekanan pada lengkungan tulang belakang sehingga otot punggung bawah memendek. Keadaan ini memicu pengeluaran mediator kimia seperti prostaglandin dari sel rusakbradikinin dari plasma, histamin dari sel mast, serotonin dari trombosit. Peningkatan mediator-mediator tersebut menjadikan saraf simpatis terangsang. Sebagaimana besar nyeri punggung bawah disebabkan karena otot-otot pada pinggang kurang kuat sehingga pada saat melakukan gerakan yang kurang betul atau berada pada suatu posisi yang cukup lama dapat menimbulkan peregangan otot yang ditandai dengan rasa sakit.<sup>30</sup>

Mata konjungtiva berwarna merah muda, sklera putih. Mulut berwarna merah

muda, gigi tidak ada caries. Leher tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid, pembuluh limfe dan vena jugularis. Payudara puting susu menonjol, tidak ada nyeri tekan, tidak ada bejolan dan masa, belum keluar kolostrum.

Hasil pengukuran LILA pada Ny. I didapatkan 25 cm. pemeriksaan LILA digunakan sebagai indikator untuk menilai status gizi ibu hamil, ukuran lingkaran lengan yang normal adalah 23,5 cm. bila ditemukan pengukuran kurang dari 23,5 cm, berarti status gizi ibu kurang.<sup>31</sup> Pada pemeriksaan abdomen tidak ada luka bekas operasi, tidak ada striae gravidarum dan line nigra. TFU 30 cm. Leopold 1, TFU teraba pertengahan pusat dan px sesuai usia kehamilan dan teori, bahwa saat usia kehamilan 33 minggu TFU berada pada pertengahan antara pusat dan processus xypoides.<sup>8</sup> Teraba bulat, lunak dan melenting yaitu bokong, leopold II. pada bagian kanan teraba panjang keras seperti papan yaitu punggung, dan disebelah kiri teraba bagian-bagian kecil itu ekstremitas seperti tangan dan kaki, Leopold III, pada bagian terendah teraba bulat, keras, melenting yaitu kepala, belum masuk PAP dan masih dapat digoyangkan.

Denyut jantung 138x/menit, teratur dan terdengar jelas di bawah pusat sebelah kanan. Menurut teori, janin dalam keadaan sehat bunyi jantungnya teratur dan frekuensinya berkisar antara 120-140x/menit jika bunyi jantung kurang dari 120x/menit atau lebih dari 160x/menit atau tidak teratur, janin dalam keadaan distress (kekurangan) oksigen disebut dengan gawat janin.<sup>31</sup>

Ibu melakukan pemeriksaan lab pada saat trimester III pada tanggal 20 Oktober 2023, seperti test Hemoglobin dengan hasil 12,5 gram/dl, syphilis. HbsAg dan HIV dengan hasil Non reaktif dan golongan darah ibu dengan hasil A+. Menurut teori pemeriksaan lab test lib adalah salah satu upaya untuk mendeteksi anemia pada ibu hamil. Namun menurut teori jadwal yang tepat untuk melakukan pemeriksaan lab pada ibu hamil adalah di kehamillan trimester I tujuannya untuk mengetahui apakah ibu hamil mengalami penyakit tertentu seperti penyakit menular seksual antara lain syphilis dan HTV.

Simpulan dari data Objektif adalah pada saat pemeriksaan fisik didapatkan hasil bahwa ibu merasa sakit pada bagian punggungnya sejak 2 hari yang lalu dengan

skala nyeri 6 dari 10, ini merupakan ketidaknyamanan pada ibu hamil Trimester III.

### **C. Analisa**

Berdasarkan data subjektif dan objektif data yang di kumpulkan oleh penulis pada tanggal pada tanggal 30 Maret 2024 didapatkan nama Ny. I, usia 30 tahun, HPHT 07-08-2023, kehamilan ibu yang kedua dan tidak pernah keguguran. Serta dari data objektif ibu yaitu keluhan nyeri punggung bawah, didapatkan hasil pemeriksaan punggung, bahwa bentuk punggung ibu lordosis dan terdapat nyeri tekan pada bagian punggung. Maka ditegakan analisa Asuhan pada Ny.I usia 30 tahun G2P1A0 hamil 33 minggu dengan ketidaknyamanan fisiologis. Janin tunggal hidup, presentasi kepala keadaan ibu dan janin baik.

### **D. Penatalaksanaan**

Berdasarkan Analisa maka disusunlah penatalaksanaan asuhan sesuai dengan kebutuhan. Penatalaksanaan yang dilakukan untuk masalah ketidaknyamanan pada ibu yaitu memberitahu ibu penyebab nyeri punggung pada ibu disebabkan oleh postur tubuh yang berubah serta meningkatnya berat badan yang dibawa dalam rahim.<sup>28</sup> Nyeri punggung pada ibu juga dapat dipicu oleh aktivitas selama kehamilan, sejumlah tugas rumah tangga yang dilakukan dalam posisi duduk, berdiri dalam waktu yang lama, mengangkat barang berat merupakan gerakan yang beresiko dilakukan ibu hamil.

Penatalaksanaan selanjutnya mengajarkan ibu melakukan senam untuk mengurangi ketidaknyamanan nyeri punggung yang ibu rasakan, ibu dapat mencoba melakukan senam secara teratur dengan frekuensi 2-3 kali dalam seminggu durasi selama 10-15 menit ibu hamil dapat merasa nyaman dan dapat merasakan manfaat senam. Senam dapat dilakukan apabila ibu hamil sedang mengalami nyeri punggung. Senam dapat mengurangi tingkat nyeri punggung ibu hamil apabila dilakukan dengan baik dan benar. Senam hamil ini bertujuan membuat otot menjadi elastis dan ligament pada panggul, selain itu senam hamil juga dapat memperbaiki sikap tubuh, mengatur kontraksi, relaksasi serta mampu memperbaiki tehnik pernafasan dan mengurangi keluhan akibat perubahan bentuk

tubuh yang dapat menyebabkan nyeri.<sup>18</sup>

Mengajarkan ibu posisi tubuh yang baik dan benar body Mekanik yang benar untuk mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil meliputi cara berdiri yang benar, cara duduk yang benar, posisi tidur, posisi mengangkat beban, dan posisi jongkok. Mekanika tubuh yang tepat dapat mengurangi resiko cedera dan nyeri pada tulang punggung.<sup>28</sup>

Menurut Tri, Kompres hangat merupakan salah satu strategi non farmakologi untuk mengatasi nyeri punggung. Penggunaan kompres hangat sangat direkomendasikan untuk masalah nyeri punggung karena mudah dilakukan dan tidak mengeluarkan banyak biaya untuk melaksanakannya. Kompres hangat dapat memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah nyeri punggung.<sup>16</sup>

Menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup yaitu tidur pada malam hari kurang lebih 8 jam. Kebutuhan dasar ibu hamil salah satunya adalah istirahat, menurut teori wanita hamil dianjurkan untuk istirahat yang teratur karena dapat meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani untuk kepentingan perkembangan dan pertumbuhan janin. Tidur pada malam hari selama kurang lebih 8 jam dan istirahat dalam keadaan rileks pada siang hari selama 1 jam.<sup>27</sup>

Pada saat kunjungan rumah memberikan konseling pada ibu untuk selalu mengkonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh bidan diminum setiap hari 1x sehari dan menganjurkan ibu untuk minum minimal 8 gelas perhari, mengingatkan ibu untuk selalu menjaga kebersihan diri (personal hygiene) yaitu mandi 2x/hari, gosok gigi 3x/hari, mengganti celana dalam jika sudah terasa lembab, dan cara membersihkan area genitalia yang baik dan benar dari arah depan kebelakang.

Simpulan yang dapat di tarik dari penatalaksanaan yang dilakukan adalah ibu dapat melakukan senam hamil 2 kali dalam 1 minggu yang sudah di ajarkan oleh bidan, melakukan kegiatan sehari-hari dengan body mekanik atau posisi tubuh yang baik, dan dapat mengompres hangat. Penatalaksanaan Nyeri punggung bawah dilakukan untuk melihat perkembangan asuhan yang diberikan.

## **E. Faktor Pendukung dan Penghambat**

Selama dilakukan asuhan kebidanan pada Ny. I dengan ketidaknyamanan fisiologis di Puskesmas Ciseeng ini penulis menemukan faktor yang mendukung dan menghambat terlaksananya asuhan kebidanan tersebut, yaitu:

### **1. Faktor pendukung**

- a. CI serta tenaga kesehatan di Puskesmas Ciseeng yang memberikan masukan-masukan dan dukungan sehingga asuhan ini berjalan dengan baik dan optimal.
- b. Dosen pembimbing yang telah memberikan waktunya secara maksimal dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
- c. Ny. I, suami dan keluarganya yang sudah bersedia dilakukan pemeriksaan secara berkesinambungan, kooperatif dan terbuka sehingga memudahkan penulis dalam memberikan asuhan

### **2. Faktor penghambat**

Selama melakukan asuhan kebidanan pada Ny. I penulis sedikit memiliki hambatan dalam mengkaji klien secara langsung karena kesibukan pasien tetapi penulis disiasati dalam mencari jadwal luang dari pasien, namun hal tersebut tidak membuat penulis dan klien putus hubungan.