

## ABSTRAK

Kadek Dila Mas Priliyani  
E-mail: [kadekdilamasp@gmail.com](mailto:kadekdilamasp@gmail.com)

Ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil TM III salah satunya adalah nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah apabila tidak segera ditangani akan berpengaruh pada proses persalinan dan masa nifas. Tujuan penelitian ini adalah memberikan asuhan komprehensif pada ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung bawah. Dari data register bidan di Praktik Mandiri Bidan “TC” tiga bulan terakhir sebanyak 18 orang dari 41 orang ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung bawah. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Dilaksanakan pada tanggal 06 Maret 2023 s.d 03 Mei 2023, bertempat di Praktik Mandiri Bidan “TC” dengan melakukan asuhan komprehensif pada ibu KA yang diasuh dari kehamilan trimester III sampai dengan nifas 2 minggu. Pada data subyektif didapatkan hasil bahwa ibu mengalami nyeri punggung bawah. Pada data obyektif didapatkan hasil yaitu hasil pemeriksaan fisik dari ujung kepala sampai ekstremitas tidak ditemukan masalah, palpasi Leopold sesuai dengan usia kehamilan. Pemeriksaan pada persalinan meliputi tanda-tanda vital, his, denyut jantung janin, dan pemeriksaan dalam (VT). Pemeriksaan pada masa nifas yaitu pemeriksaan trias nifas, tidak terdapat gangguan selama masa nifas pada ibu dan bayi. Pada analisa didapatkan hasil yaitu G3P2A0 UK 36 minggu 5 hari Preskep U Puki Janin Tunggal Intrauteri. Pada penatalaksanaan dilakukan dengan cara memberikan Komunikasi, Informasi, Edukasi untuk mengatasi nyeri punggung bawah yang efektif diatasi dengan kompres hangat, tidur dengan topangan bantal, dan senam hamil. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kesenjangan antara teori dengan aktual dilapangan. Diharapkan kepada bidan untuk dapat meningkatkan mutu pelayanan dalam pemberian asuhan komprehensif khususnya bagi ibu dan anak.

**Kata Kunci: Trimester III, Nyeri Punggung Bawah, Senam Hamil**

## ABSTRACT

Kadek Dila Mas Priliyani  
E-mail: [kadekdilamasp@gmail.com](mailto:kadekdilamasp@gmail.com)

*One of the discomforts that often occurs in TM III pregnant women is low back pain. Low back pain, if not treated immediately, will affect labor and the postpartum period. The purpose of this study was to provide comprehensive care to pregnant women with complaints of low back pain. From the midwife register data at the Independent Midwife in the last three months, as many as 18 out of 41 third-trimester pregnant women experienced low back pain. This research method uses descriptive research methods with a case study approach. It was carried out from March 6, 2023, to May 3, 2023, at the Independent Midwife Practice TC," by providing comprehensive care to KA mothers who were cared for from the third trimester of pregnancy to 2 weeks postpartum. Subjective data showed that the mother experienced low back pain. In the objective data, the results of the physical examination from the head to the extremities were found to be no problem, and Leopold's palpation was in accordance with gestational age. The examination in labor includes vital signs, hiss, fetal heart rate, and internal examination (VT). An examination in the postpartum period is a postpartum trias examination. There are no disorders during the postpartum period for mothers or babies. In the analysis, the results obtained were G3P2A0 UK 36 weeks, 5 days Preskep U Puki Intrauterine Single Fetus. The management is carried out by providing Communication, Information, and education to overcome low back pain, which is effectively overcome by warm compresses, sleeping with pillow support, and pregnant exercises. So it can be concluded that there are several gaps between theory and practice in the field. It is hoped that midwives can improve the quality of service by providing comprehensive care, especially for mothers and children.*

**Keywords: Trimester III, Low Back Pain, Pregnant Gymnastics**

## RINGKASAN LAPORAN TUGAS AKHIR

Kehamilan merupakan suatu proses yang dimulai dari fase pembuahan hingga lahirnya janin. Pada umumnya ibu hamil mengalami ketidaknyamanan selama masa kehamilannya. Pada kehamilan TM III ketidaknyamanan yang umumnya dialami oleh ibu hamil salah satunya adalah nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah merupakan perubahan postur tubuh ibu yang dipengaruhi oleh pertumbuhan janin yang menyebabkan ligament mengencang (Yosefni, 2018). Berdasarkan data di buku register PMB “TC” dari bulan Agustus sampai bulan November tahun 2022 terdapat ibu hamil sebanyak 159 ibu hamil dengan TM III sebanyak 41 orang (26%). Dari 41 ibu hamil, sebanyak 18 orang ibu hamil mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Dampak yang dapat dialami yaitu ketidaknyamanan pada punggung bawah dan kelelahan pada ibu hamil (Lilis, 2019). Upaya yang dapat dilakukan bidan adalah memberikan KIE mengenai kompres hangat, tidur miring dengan penopang bantal, dan senam hamil.

Metode penelitian yang akan digunakan merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subyek penelitian yaitu perempuan “KA” UK 36 minggu 5 hari. Lokasi penelitian yang dipilih oleh penulis yaitu di PMB “TC” Wilayah Kerja Puskesmas Kubutambahan I, yang dilaksanakan dari minggu ke pertama bulan Maret sampai minggu pertama bulan Mei. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan penunjang, data secara tidak langsung yang diperoleh dari buku KIA dan dokumentasi.

Asuhan pertama yang diberikan pada kehamilan usia 36 minggu 5 hari dengan keluhan nyeri punggung bawah dan diberikan KIE cara mengatasi keluhan nyeri punggung yaitu dengan kompres hangat, tidur dengan posisi miring kanan atau kiri dengan penopang bantal, dan senam hamil. Pada kunjungan rumah, dilakukan senam hamil. Pada kunjungan kedua perempuan “KA” mengatakan keluhan nyeri punggung bawah yang dialami sudah berkurang dari sebelumnya. Proses kala I berlangsung selama 8 jam, kala II berlangsung selama 30 menit, kala III berlangsung selama 7 menit dan dilakukan pemantauan kala IV hingga 2 jam postpartum, tidak ada penyulit atau komplikasi selama proses persalinan berlangsung hingga pemantauan 2 jam postpartum. Asuhan pada masa nifas dimulai dari KF 1 yaitu nifas 6 jam, KF 2 yaitu nifas hari ke 4, KF 3 yaitu nifas 2 minggu dan tidak ada keluhan. Pada bayi “KA” dilakukan penatalaksanaan bayi baru lahir, KN 1 pada saat bayi berusia 6 jam, KN 2 pada saat bayi berumur 4 hari, dan KN 3 pada saat bayi berumur 14 hari. Kondisi bayi stabil dan tidak ada tanda bahaya yang dialami oleh bayi. Berdasarkan hasil dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa kesenjangan antara teori dan aktual di lapangan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif pada Perempuan “KA” secara mandiri tanpa adanya penyulit dari mulai kehamilan, persalinan, nifas dan neonatus. Keluhan nyeri punggung bawah yang efektif diatasi dengan kompres hangat, tidur dengan topangan bantal, dan senam hamil. Diharapkan kepada bidan untuk dapat meningkatkan mutu pelayanan dalam pemberian asuhan komprehensif khususnya bagi ixahimixixve ibu dan anak