

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF DENGAN TERAPI KOMPRES HANGAT PADA NY. M

Aulia Fitri Hamdi¹, Yessi Ardiani²

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

* Corresponding Author : auliafitrihamdi@gmail.com

Abstrak

Nyeri pinggang biasa terjadi karena adanya perubahan hormon yang mengendurkan ligament atau jaringan penyokong di sekitar pinggang. Bertambahnya berat badan juga dapat menyebabkan sakit pinggang. Menurut WHO pada tahun 2019 menunjukkan bahwa angka kejadian nyeri pinggang diseluruh dunia berkisar antara 50 dan 70%. Pada tahun 2019 dari 5.256.483 ibu hamil di Indonesia, (18%) mengalami nyeri pinggang. Di Sumatra Barat ibu yang mengalami nyeri pinggang sekitar 121.161 orang. Pada PMB "H" 57 orang ibu yang mengalami nyeri pinggang. Penelitian ini bertujuan menerapkan asuhan berkesinambungan pada ibu hamil sampai dengan bersalin, nifas, bayi baru lahir, dan KB di PMB "H" Kabupaten Agam.

Asuhan dilakukan menggunakan studi penelaah kasus, asuhan dilakukan bulan Maret-Juni 2025 di PMB "H" Kabupaten Agam. Asuhan dilakukan dengan metode Varney dan metode pendokumentasian SOAP. Teknik Pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder.

Hasil asuhan yaitu Ny.M mengalami nyeri pinggang dilakukan therapy kompres hangat yang bertujuan untuk mengurangi nyeri pada pinggang ibu, setelah dilakukan therapy tersebut ibu mengatakan nyerinya berkurang dengan angka 3-4 nyeri sedang. Pada proses persalinan dilakukan Kembali therapy kompres hangat bertujuan untuk mengurangi nyeri pada saat kontraksi, setelah dilakukan therapy tersebut ibu mengatakan nyerinya berkurang dengan angka 3-4 nyeri sedang, masa nifas ibu normal, bayi lahir sehat, KB yang dipilih ibu yaitu MAL.

Semua asuhan kebidanan dilakukan sesuai dengan kebutuhan ibu hamil normal, persalinan, nifas, BBL, dan KB normal. Menerapkan kompres hangat untuk mengurangi nyeri. Intervensi pada masing-masing asuhan yang berbeda berhasil dilakukan

Kata kunci: Asuhan Kebidanan Komprehensif, Terapi Kompres Hangat

Received: Januari 2026

Reviewed: Januari 2026

Published: Januari 2026

Plagirism Checker No 893

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Medic Nutricia



This work is licensed under

a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Prawirohardjo, 2008).

Menurut World Health Organization (WHO), Sebanyak 70% ibu hamil di australia mengalami nyeri pinggang bawah, khususnya pada usia kehamilan lebih dari 21 minggu. Di Inggris, prevalensi nyeri pinggang bawah pada ibu hamil mencapai 50%. Sementara itu, menurut data kementerian kesehatan, jumlah ibu hamil Di Indonesia Pada tahun 2019 tercatat sebanyak 5.256.483 orang. Dengan 18% di antaranya melaporkan keluhan nyeri pinggang bawah. (Fenny Et Al., 2024)

Kompres hangat adalah cara yang bagus untuk meredakan nyeri jadi sangat didukung ke dalam otonomi keperawatan (Yuliania et al., 2021). Ada beberapa efek fisiologinya yaitu tubuh menjadi lebih rileks, rasa nyeri jadi lebih hilang bahkan turun dan sirkulasi darah ibu hamil menjadi lancar (Fajarsari Noviana, 2020).

Salah satu cara untuk mengurangi nyeri pinggang adalah dengan mempertahankan postur tubuh yang baik dan memperhatikan mekanisme tubuh, terutama saat mengangkat benda berat, tidak Jangan berdiri terlalu lama, jangan melakukan pekerjaan berat, gunakan bantal saat tidur untuk meluruskan punggung, dan kompres air hangat (Purimama, 2018).

Berdasarkan data dari PMB "H" tahun 2024 total ibu yang mengalami nyeri pinggang sebanyak 57 orang, Angka tersebut digunakan sebagai indikator dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan ibu selama masa kehamilan. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan dalam pembangunan sektor kesehatan guna memastikan pelayanan yang lebih baik bagi ibu hamil(Rika, 2023)

METODE

Metode penelitian ini menggunakan studi kasus. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder. Penelitian dilakukan dengan metode 7 langkah varney dan pendokumentasian SOAP. Penelitian dilakukan kepada Ny. M dilakukan sejak ibu hamil Trimester III sampai dengan masa nifas yaitu dari bulan Maret sampai dengan bulan Juni 2025 di PMB "H" .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Asuhan kebidanan yang dilakukan pada Ny. M pada masa kehamilan Trimester III dengan keluhan nyeri pinggang diberikan terapi kompres Hangat Saat Nyeri Pinggang terbukti dapat mengurangi nyeri pinggang pada ibu. Kemudian pada saat persalinan ditemukan dapat mengurangi nyeri pada saat kontraksi. Selanjutnya pada masa nifas ditemukan penurunan tinggi fundus ibu berada dalam batas normal. Pada bayi dalam batas normal dan ibu menggunakan KB dengan jenis MAL.

Pembahasan

1. Asuhan Kebidanan Kehamilan

Asuhan Kehamilan yang dilakukan pada Ny.M umur 26 tahun dengan G3P2A0H2 usia kehamilan 31-32 minggu. Dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil dilaksanakan kunjungan 3 kali pada TM III.Pada kunjungan 1 Ny.M mengeluh nyeri pinggang sejak 3 hari yang lalu Asuhan yang di berikan untuk nyeri pinggang pada Ny.M yaitu memberikan therapy kompres hangat untuk mengurangi nyeri pinggang dan juga dilakukan pemeriksaan 14T

Upaya mengurangi rasa nyeri pada pinggang yaitu menggunakan kompres hangat bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri dan memberikan rasa nyaman. Kompres hangat merupakan salah satu terapi non farmakologis yang biasa dilakukan untuk menangani nyeri. Kompres hangat merupakan tindakan kompres dengan air hangat bersuhu 37-40°C ke permukaan tubuh.

Kompres hangat dapat dilakukan dengan handuk yang dicelupkan ke air hangat lalu diperas atau dengan botol yang diisi air hangat. Lama pengompresan yang paling efektif adalah 20 menit.

2. Asuhan Kebidanan Persalinan

Pada pemeriksaan Ny.M mulai dari kala 1 sampai kala 4 didapatkan hasil ,ibu datang pada hari minggu pukul 20:30 WIB dengan keluhan sakit pinggang menjalar ke ari-ari,keluar lender bercampur darah dan didapatkan hasil pemeriksaan pembukaan 2 cm dan ketuban masih utuh. Selama pemantauan kala 1 Ny.M mengeluhkan sakit pinggang menjalar ke ari-ari semakin kuat dan pada jam 22:30 WIB dilakukan pemeriksaan dalam pembukaan ibu 5 cm ketuban masih utuh, dengan his 4x dalam 10 menit. Selama pemantauan ibu mengeluhkan sakit pinggang menjalar ke ari-ari semakin kuat dan ada rasa ingin BAB dan pada jam 23:50 WIB dilakukan pemeriksaan dalam pembukaan ibu sudah lengkap, ketuban ibu sudah pecah dan ibu sudah ada rasa ingin mencedan

Hal yang dialami ibu merupakan tanda-tanda persalinan,sakit pinggang menjalar ke ari-ari tersebut merupakan hal yang fisiologis terjadi menjelang persalinan yang disebut dengan his/kontraksi. Dengan adanya his yang kuat akan membantu mempercepat proses persalinan.

Selama kala 1 pada ibu dilakukan massase dan therapy kompres hangat untuk membantu mengurangi nyeri pinggang pada ibu saat menghadapi proses persalinannya dan memberikan dukungan pada ibu agar tidak terlalu cemas untuk menghadapi persalinannya.

3. Asuhan Kebidanan pada BBL

Asuhan bayi baru lahir pada Ny.M dilakukan kunjungan 3 kali,Riwayat proses persalinan pada bayi Ny.M lahir spontan pada tanggal 18 Mei 2025,dengan jenis kelamin laki-laki dengan berat badan 3400 gram,Panjang 47 cm, A/s : 8/9, kulit kemerahan,tonus otot aktif, bayi menangis kuat, secara keseluruhan fisik bayi dalam kondisi normal dan bayi dilakukan IMD segera.

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) didefinisikan sebagai proses membiarkan bayi menyusu sendiri segera setelah lahir dan di susui selama 1 jam atau lebih. Prinsipnya, IMD merupakan kontak langsung antara kulit ibu dan kulit bayi,bayi ditengkurapkan di dada atau di perut ibu sesegera mungkin setelah seluruh badan dikeringkan (bukan dimandikan), kecuali pada telapak tangannya dan dibiarkan merangkak untuk mencari puting untuk segera menyusui. Kedua telapak tangan bayi dibiarkan tetap terkena air ketuban karena bau ketuban ini sama dengan bau yang dikeluarkan payudara ibu,dengan demikian ini menuntun bayi untuk menemukan puting. Lemak yang menyamakan kulit bayi sebaiknya dibiarkan tetap menempel.

IMD mempunyai dampak yang positif bagi ibu maupun bayinya. Bagi bayi menyusui mempunyai peran penting yang fundamental bagi keberlangsungan hidup bayi. Kolostrum mengandung antibody yang tinggi dari pada ASI sebenarnya. Dalam 2 minggu pertama setelah melahirkan kolostrum perlahan akan hilang dan tergantikan oleh ASI sebenarnya. Inisiasi Menyusui Dini mempunyai peran penting bagi ibu dalam merangsang kontraksi uterus sehingga mengurangi perdarahan pasca melahirkan.

4. Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas

Asuhan masa nifas pada Ny.M dilakukan sebanyak 4 kali kunjungan sesuai dengan kebijakan program pemerintah dimana setiap ibu nifas harus melakukan asuhan masa nifas 4 kali.

Pada hari senin 19 Mei 2025 pada pukul 07.00 WIB dilakukan pengawasan dan pemantauan tanda - tanda bahaya post partum dan kondisi ibu serta bayi.Dalam pengawasan dan pemantauan masa nifas 6 jam post partum keadaan TTV normal, kontraksi uterus baik, tinggi fundus uteri 3 jari di bawah pusat, pengeluaran pervaginam lochea rubra dan tidak di temukan tanda bahaya pada ibu .

Pada kunjungan kedua, mevaluasi kunjungan pertama setelah persalinan yang dilakukan di rumah ibu. Pada kunjungan ini, tidak ditemukan adanya komplikasi dan involusi uterus dalam keadaan baik,Lochea ibu sanguinolenta.

Pada kunjungan ketiga yang dilakukan 11 hari post partum, pada kunjungan ketiga ini sama dengan kunjungan kedua yaitu memastikan kembali bahwasanya tidak ada terjadi komplikasi kepada ibu dan bayinya yang mana di kunjungan ketiga ini involusi uterus normal,ASI ibu banyak dan lochea ibu serosa.

Pada kunjungan keempat yang di lakukan 28 hari post partum ibu dalam keadaan baik, TTV dalam batas normal,lochea ibu Alba,ASI ibu banyak

5. Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana

Menurut Kemenkes RI (2020) KB pasca persalinan adalah pemanfaatan atau penggunaan alat kontrasepsi langsung sesudah melahirkan sampai 6 minggu atau 42 hari setelah melahirkan. Prinsip pemilihan alat kontrasepsi yang digunakan tidak mengganggu produksi asi dan sesuai dengan kondisi ibu. Kemudian setelah dilakukan diskusi saat kunjungan terakhir pada ibu, akhirnya Ny.A memilih untuk tidak memakai alat kontrasepsi selama masa menyusui, Ny.M memilih menggunakan metode amenore alami laktasi (MAL) alasannya karena ibu menunggu masa menyusui selesai, setelah itu baru memakai alat kontrasepsi.

KESIMPULAN

Asuhan kebidanan yang dilakukan pada Ny. M pada masa kehamilan Trimester III dengan keluhan nyeri pinggang diberikan terapi kompres Hangat Saat Nyeri Pinggang terbukti dapat mengurangi nyeri pinggang pada ibu. Kemudian pada saat persalinan ditemukan dapat mengurangi nyeri pada saat kontraksi. Selanjutnya pada masa nifas ditemukan penurunan tinggi fundus ibu berada dalam batas normal. Pada bayi dalam batas normal dan ibu menggunakan KB dengan jenis MAL.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pemangku kepentingan yang telah berkontribusi sehingga terlaksananya kegiatan penelitian ini di BPM “H” Kabupaten Agam.

REFERENSI

- Anggita, E. D., & Fitriahadi, E. (2024). Penatalaksanaan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III melalui Pendidikan dan KIE penanganan nyeri Management of back pain in pregnant women in the third trimester through education and KIE pain management. 2(September), 1102-1106.
- Endang Sihaloho, Selvia Yolanda Dalimunthe, Mery Krista Simamora, R. (2024). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Nyeri Pinggang. 1(1), 49-54.
- Hanifah, R. M., Nurdianti, D., & Kurniawati, A. (2022). Penerapan Kompres Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Fisiologis. Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas, 6(2), 79-85. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i2.2918>
- Kala, P., Aktif, F., Pmb, D. I., Nuripah, H. J., Kunci, K., & Selatan, A. (2024). PENGARUH PENGGUNAAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENGURANGAN NYERI Pendahuluan Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang akan dilalui oleh setiap ibu dimana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi yang sendirinya , tetapi persalinan pada manusia me. 14.

- Lestaluhi, V. (2022). Studi Kasus: Penatalaksanaan Terapi Komplementer Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Nyeri Punggung. *Jurnal Kebidanan*, 2(2), 96-103. <https://doi.org/10.32695/jbd.v2i2.406>
- Meti Patimah. (2020). Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 570-578. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3790>
- Noviyani, P. S. R. E. P. (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1275--1289. https://www.researchgate.net/publication/381100251_HUBUNGAN_MOTIVASI_IBU_DUKUNGAN_KELUARGA_DAN_PERAN_BIDAN_TERHADAP_KUNJUNGAN_NIFAS_DI_PUSKESMAS_MARIPARI_KABUPATEN_GARUT_TAHUN_2023_repo_file_153204_20220731_201519 (1). (n.d.).
- Safitri, Y. (2017). ISSN 2580-2194 PERBANDINGAN EFEKTIFITAS MASSAGE DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF Yenny Safitri Dosen Prodi Sarjana Keperawatan FIK Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Email : yennysafitri37@yahoo.co.id.1(2),52-57. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/117/86>
- Susanti Susanti, Prasida Yunita, & Miftahul Jannah. (2024). Asuhan Kebidanan Komplementer Penanganan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 3(1), 47-56. <https://doi.org/10.55606/jurrike.v3i1.2738>
- Tri Endah Suryani, Herlinda, I. (2022). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ibu Hamil Nyeri Punggung Bagian Bawah Dengan Melakukan Endorphin. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 7(2), 66-75.
- Utami, S., & Annisah, S. (2023). Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Hamil Tentang Mengurangi Nyeri Pinggang Dengan Kompres Hangat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(3), 12-14. <https://doi.org/10.51933/jpma.v5i3.1131>