

Asuhan Kebidanan Komprehensif :Penerapan *Massage Effleurage* dalam Mengurangi Nyeri Punggung Ibu Hamil Ny. S Umur 39 Tahun UK 37 Minggu di RSUD Carsa Tarakan

Kurniawati ¹, Isfaizah ²

¹Kebidanan Program Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, kurniaw210@gmail.com

²Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, is.faizah0684@gmail.com

Korespondensi Email : kurniaw210@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2025-12-09

Accepted, 2025-12-28

Published, 2025-12-30

Keywords: Midwifery
Care, Comprehensive,
Effleurage Massage,
Back Pain, Pregnancy

Kata Kunci: Asuhan
Kebidanan, Komperensif,
Massage Effleurage,
Nyeri Punggung, Hamil

Abstract

Pregnancy is a normal physiological process. Normal pregnancy changes the physiological system. Lower back pain is common during pregnancy. One non-pharmacological pain management that can be done is with effleurage massage. The design of this scientific paper uses a case study design. The subjects used were third-trimester pregnant women who experienced back pain. The patient's response to the effleurage massage was very good. Mrs. S said that not only did her pain decrease, Mrs. S felt sleepy during the massage because the effleurage massage provided a comfortable effect. The conclusion of the application shows that after the application of effleurage massage, there was a decrease in the scale of back pain in pregnant women. Pregnant women and their families should be able to apply effleurage massage independently to help reduce back pain and provide comfort to pregnant women.

Abstrak

Kehamilan adalah proses fisiologis normal. Kehamilan normal mengubah system fisiologis. Nyeri punggung bawah lazim terjadi pada kehamilan. Penanganan nyeri secara nonfarmakologi yang dapat dilakukan salah satunya yaitu dengan massage effleurage. Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus. Subyek yang digunakan yaitu ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung. Respon pasien terhadap masase effleurage yang dilakukan sangatlah baik, Ny. S mengatakan tidak hanya nyerinya saja yang berkurang, Ny. S mengantuk saat dilakukan masase dikarenakan masase effleurage ini memberikan efek nyaman. Kesimpulan penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan massage effleurage terjadi penurunan skala nyeri punggung pada ibu hamil. Bagi ibu hamil dan keluarga hendaknya dapat melakukan penerapan massage effleurage secara mandiri untuk membantu menurunkan nyeri punggung dan memberikan rasa nyaman pada ibu hamil.

Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah banyaknya perempuan yang meninggal dari suatu penyebab kematian terkait dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan, bunuh diri atau kasus insidental) selama kehamilan, melahirkan, dan dalam masa nifas (42 hari setelah melahirkan) tanpa memperhitungkan lama kehamilan per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2023). Untuk menurunkan AKI maka diperlukan tenaga kesehatan yang mempunyai kewenangan dalam memberikan pelayanan kepada ibu dan anak salah satunya yaitu seorang Bidan. Dimana Bidan sebagai tenaga kesehatan harus kreatif dalam menjalankan kebijakan yang dapat membantu dalam meningkatkan pelayanan kesehatan terutama bagi ibu dan anak sehingga mempunyai peran penting untuk membantu kesehatan di Indonesia terutama mampu dalam membantu menurunkan AKI (Sembiring *et al.*, 2024).

Pemantauan kesehatan ibu diawali dari pelayanan Antenatal Care (ANC) terpadu guna memperoleh pelayanan antenatal yang komprehensif dan berkualitas sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilan dan persalinan dengan pengalaman yang menyenangkan dan bermanfaat bagi ibu hamil dalam menjalankan perannya sebagai perempuan, istri dan ibu serta melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas, dengan pengalaman yang menyenangkan dan bermanfaat bagi ibu hamil dalam menjalankan perannya sebagai perempuan, istri dan ibu serta melahirkan bayi yang sehat dan berkualitas (Suarayasa, 2020).

Kehamilan adalah proses fisiologis normal. Kehamilan normal mengubah sistem fisiologis secara bermakna, yang dapat mempengaruhi status kesehatan ibu dan janin (Mursyida *et al.*, 2024). Stresor yang paling sering dilaporkan oleh wanita selama kehamilan adalah berkaitan dengan gejala fisik, citra tubuh, kesejahteraan janin, perubahan pola hidup, gangguan emosi, dan kekhawatiran tentang masalah dalam kehamilan, persalinan dan kelahiran (Herliawati *et al.*, 2024). Kehamilan menyebabkan hampir seluruh tubuh wanita mengalami perubahan. Salah satu perubahan yang terjadi yaitu perubahan pada sistem muskuloskeletal yang dapat mengakibatkan rasa sakit, baal, dan kelemahan di ekstremitas atas karena tubuh mengalami perubahan postur secara bertahap yang mengakibatkan distensi abdomen sehingga membuat pinggul condong ke depan, penurunan tonus otot abdomen, dan bertambahnya beban (Rahajeng *et al.*, 2023). Hal ini sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman pada punggung, terutama pada wanita yang lebih tua. Nyeri punggung bawah lazim terjadi pada kehamilan dengan insiden yang dilaporkan bervariasi dari kira-kira 50% di Inggris dan Skandinavia sampai mendekati 70% di Australia (Arummega, Rahmawati and Meiranny, 2022).

Nyeri adalah suatu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang bersifat subjektif. Keluhan sensorik yang dinyatakan seperti pegal, linu, ngilu, dan seterusnya dapat dianggap sebagai modalitas nyeri. Penatalaksanaan nyeri terdiri dari farmakologi dan nonfarmakologi. Penatalaksanaan farmakologi dengan memberikan analgesik narkotik, penggunaan obat ini menimbulkan efek menekan pusat pernapasan di medula batang otak sehingga perlu pengkajian secara teratur terhadap perubahan dalam status pernapasan jika menggunakan analgesik jenis ini. Penanganan nyeri secara nonfarmakologi yang dapat dilakukan yaitu distraksi, relaksasi, kompres hangat dan dingin, serta pijatan (massage) (Simiati *et al.*, 2024).

Massage memiliki tujuan/target spesifik yang berkaitan dengan permasalahan pada otot dan dampak dari fungsi otot yang tidak optimal. Teknik massage yang umum digunakan meliputi effleurage atau gosokan, *petrisage* atau pijatan, *shacking* atau goncangan, *tapotemen* atau pukulan, *friction* atau gerusan, *vibration* atau getaran, *stroking* atau mengurut dan *skinrolling* atau melipat dan menggeser kulit. Teknik massage yang dapat diberikan pada ibu hamil untuk menurunkan nyeri punggung yaitu *massage effleurage* (Ardhana, 2025). *Massage effleurage* adalah suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang digosok. Bentuk telapak tangan dan jari-jari selalu menyesuaikan dengan bagian

tubuh yang digosok. Efek terapeutik atau efek penyembuhan dari *effleurage* ini antara lain adalah membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran getah bening/cairan limfe, membantu memperbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan, membantu penyerapan (*absorpsi*) odema akibat peradangan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri (Almanika, Ludiana and Dewi, 2021). Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang asuhan kebidanan komprehensif pada seorang pasien bernama Ny. S Umur 39 Tahun di RSUD Carsa Tarakan dengan penerapan *Massage effleurage* untuk menguraangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil di trimester III dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan dengan metode SOAP.

Metode

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Jenis laporan yang digunakan adalah studi kasus (*Case Study*), yakni melalui suatu permasalahan yang berhubungan dengan kasus maupun tindakan dan reaksi kasus terhadap suatu perlakuan. Metode yang digunakan penulis yaitu dengan mengelola kasus pada ibu hamil trimester III yang diberikan terapi komplementer berupa *Massage effleurage* untuk mengatasi keluhan ibu yaitu nyeri punggung.

Pada kasus ini Lokasi pengambilan studi kasus dilakukan di RSUD Carsa Tarakan. Pengambilan studi kasus dilakukan pada bulan Agustus 2025. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi, wawancara dan studi dokumen dalam bentuk format asuhan kebidanan pada ibu hamil, buku KIA dan hasil pemeriksaan penunjang. Beberapa tahap pengumpulan data yang dilakukan penulis antara lain observasi tempat, Melakukan perijinan tempat ke RS, Menentukan pasien, Melakukan *informed consent* dengan pasien, Melakukan pengumpulan data dan melakukan asuhan kebidanan secara komprehensif.

Hasil dan Pembahasan

Pada kunjungan pertama tanggal 21 Agustus 2025 data subjektif yang di dapat yaitu ibu hamil anak ke empat, tidak pernah keguguran dan keluhan yang dirasakan yaitu nyeri punggung . Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Pudji dan Ina (2021) bahwa salah satu ketidaknyamanan pada ibu hamil di trimester III yaitu nyeri punggung. Nyeri punggung kejadian yang seringkali terjadi pada ibu hamil trimester III. Nyeri punggung biasanya terjadi apabila adanya perubahan hormon pada kehamilan yang kadar hormon relaksin meningkat. Hal ini bisa memengaruhi kelenturan jaringan ligamen yang pada akhirnya bisa meningkatkan mobilitas sendi di pelvis dan bisa berdampak, sehingga terjadi ketidaknyamanan spinal dan pelvis serta menyebabkan rasa yang tidak nyaman (Mardiani and Resna, 2022)

Masalah yang dialami Ny.S selama satu minggu ini yaitu nyeri punggung, sering BAK, serta belum mengetahui persiapan persalinan dan tanda persalinan karena kehamilan yang pertama. Hal ini sesuai dengan teori (Tahir and Anjarwati, 2025) seiring bertambahnya usia kehamilan dan perkembangan janin yang menyebabkan muatan di dalam uterus bertambah, menjadikan uterus terus membesar, pembesaran uterus ini akan memaksa ligament, otot-otot, serabut saraf dan punggung teregangkan, sehingga beban tarikan tulang punggung kea rah depan akan bertambah dan menyebabkan lordosis fisiologis, hal inilah yang menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil (Fatmasari, Hasanah and Listianingsih, 2023).

Nyeri punggung pada ibu hamil umum terjadi, terutama pada trimester kedua dan ketiga, dengan prevalensi antara 35-60%. Penyebab utamanya adalah perubahan hormon kehamilan yang meningkatkan kadar hormon relaksin, estrogen, dan progesteron, yang menyebabkan relaksasi ligamen dan peningkatan mobilitas sendi, terutama sendi sakroiliaka dan sakrokoksigeal (Nurseta *et al.*, 2021). Selain itu, terjadi perubahan postur tubuh yang signifikan karena penambahan berat badan dan pergeseran pusat gravitasi ke anterior. Ini menyebabkan ketidakseimbangan otot agonis dan antagonis di daerah

punggung dan pelvis, serta peningkatan sudut lordosis pada tulang belakang (*sway back*). Semua faktor ini menyebabkan ketegangan otot dan nyeri punggung bawah pada ibu hamil. Kurangnya aktivitas fisik juga dapat melemahkan otot dan memperparah rasa nyeri (Indriani, Fitri and Sari, 2023).

Pada Ny S pola eliminasi ibu BAK menjadi 7 – 8 x sehari, ukuran janin yang semakin besar dan posisinya dibawah panggul menyebabkan tekanan pada kandung kemih. Perubahan tubuh secara bertahap dan peningkatan berat wanita hamil menyebabkan pola eliminasi bertambah (Fauziah and Sugiatini, 2024). Pola istirahat ibu TM 3 siang 30 menit - 1 jam, tidur malam 6 jam. Perubahan tidur adanya nyeri punggung yang dapat mengganggu karena pertumbuhan ukuran janin dan rahim yang membesar akan menekan pembuluh darah dan saraf di area panggul dan punggung. Perubahan postur tubuh pusat gravitasi tubuh dapat bergeser sehingga membutuhkan penyesuaian postur baru (Wahyuni, 2025).

Pada pemeriksaan, berat badan ibu mengalami kenaikan sebanyak 9 kg dari BB sebelum hamil 51 kg dan saat ini 60 kg. Menurut (Wahyuningsih *et al.*, 2025) Kenaikan berat badan selama kehamilan bervariasi, tetapi secara umum, kenaikan yang dianjurkan adalah sekitar 11-16 kg untuk ibu dengan berat badan normal sebelum hamil. Kenaikan ini biasanya paling signifikan terjadi pada trimester ketiga, di mana janin tumbuh dengan cepat dan membutuhkan lebih banyak nutrisi. Pada pemeriksaan Leopold didapatkan hasil Leopold I TFU pertengahan pusat dan prosesus xyloideus, bagian atas fundus teraba lunak, bulat, dan tidak melenting (bokong janin). Leopold II bagian kiri teraba panjang seperti papan dan bagian kanan teraba bagian kecil-kecil. Leopold III bagian bawah teraba bulat, keras, melenting, kepala belum masuk PAP. Leopold IV Konvergen (5/5 bagian). Mc Donald 28 cm. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh (Jusmawati and Sodri, 2025) pada usia 32 minggu, fundus uteri berada di tengah antara pusat dan prosesus xifoideus, yaitu sekitar 27 cm. Penulis berpendapat bahwa TFU Ny. S adalah sesuai dengan usia kehamilannya

Pada pemeriksaan laboratorium pada tanggal 21 Agustus 2025 di dapatkan hasil hemoglobin 13,5 gr/dl, HIV : Negatif, HBSAG : Negatif, Sifilis Negatif, DGS : 96 gr/dl Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) Pemeriksaan laboratorium selama kehamilan penting untuk mendeteksi dini penyakit dan masalah kesehatan yang dapat membahayakan ibu dan janin. Jenis pemeriksaan laboratorium yang dapat dilakukan seperti : Tes darah untuk mengetahui kondisi ibu secara umum dan menyeluruh, tes TORCH untuk mengetahui beberapa jenis penyakit yang bisa dialami oleh ibu hamil, tes HIV untuk mengetahui kadar sel darah merah pada ibu hamil (Zakiah *et al.*, 2022).

Diagnosa Kebidanan : Ny. S Umur 39 Tahun G4P2A1 Usia Kehamilan 30 Minggu Janin Tunggal Hidup Intra Uteri, Presentase Kepala, letak memanjang, konvergen. Diperoleh dari data subjektif dan objektif sehingga muncul diagnose masalah pola istirahat dan BAK. Bidan sebagai tenaga kesehatan memberikan asuhan yang meliputi edukasi tentang perubahan fisiologis kehamilan, anjuran postur tubuh dan body mechanics yang tepat, serta intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri. Salah satu intervensi yang efektif adalah pijat hamil dengan teknik *effleurage massage*, yaitu pijat lembut dan menenangkan yang diaplikasikan pada area punggung dan sacrum menggunakan telapak tangan secara memijat dengan gerakan melingkar atau sapuan ringan (Rahmadayanti, Apriyani and Permadi, 2024). *Effleurage massage* berfungsi memberikan relaksasi otot, mengurangi ketegangan pada jaringan otot dan ligamen, meningkatkan sirkulasi darah, serta merangsang ujung saraf yang menghasilkan rasa nyaman dan mengurangi persepsi nyeri. Selain pijat, teknik relaksasi pernapasan panjang juga dianjurkan untuk menenangkan sistem saraf simpatik, meningkatkan produksi endorfin yang bertindak sebagai analgesik alami tubuh dan memperbaiki kualitas hidup ibu hamil yang mengalami nyeri punggung (Juneka Saputri, 2025)

Pada kunjungan ke dua tanggal 15 September 2025 ibu mengatakan setelah diberikan *Effleurage massage* keluhan nyeri punggung sedikit berkurang. Ketika kita mempersiapkan

pemberian pijat effleurage Pastikan ibu hamil dalam posisi duduk rileks atau miring ke sisi kiri dengan penyangga bantal agar nyaman. Gunakan minyak pijat yang aman untuk ibu hamil agar tangan pijat dapat bergerak lembut tanpa gesekan berlebihan. Teknik pijat effleurage: 1) Mulai dengan usapan lembut menggunakan telapak tangan di area punggung bawah (lumbal) dan sakrum. 2) Gerakan pijat berupa sapuan panjang, halus, dan rata ke atas dan ke bawah sepanjang punggung bagian bawah. 3) Usapan dilakukan dengan irama yang lambat dan konsisten, tidak terputus-putus, untuk menimbulkan efek relaksasi. 4) Tekanan pijat ringan sampai sedang, disesuaikan dengan kenyamanan ibu. 5) Pijat dilakukan selama 5–10 menit per sesi, direkomendasikan dilakukan 1 kali sehari atau sesuai kebutuhan (Indriani, Fitri and Sari, 2023).

Pijat konsentrasi pada punggung bawah (L3-L5) dan daerah sakrum yang sering mengalami ketegangan dan nyeri pada ibu hamil trimester III. Disarankan pijat dilakukan secara rutin selama 3–5 hari untuk hasil optimal dalam mengurangi intensitas nyeri punggung. Evaluasi respon ibu terhadap pijat untuk menyesuaikan teknik dan durasi pijat berikutnya. Hindari tekanan kuat pada tulang belakang dan area abdomen. Teknik effleurage ini terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri punggung dan meningkatkan kenyamanan ibu hamil trimester III dengan gangguan nyeri punggung bawah. Pijat effleurage merupakan metode nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan dalam asuhan kebidanan untuk meningkatkan kenyamanan serta mengatasi keluhan nyeri punggung selama kehamilan (Almanika, Ludiana and Dewi, 2021).

Kehamilan menyebabkan hampir seluruh tubuh wanita mengalami perubahan. Salah satu perubahan yang terjadi yaitu perubahan pada sistem muskuloskeletal yang dapat mengakibatkan rasa sakit, baal, dan kelemahan di ekstremitas atas karena tubuh mengalami perubahan postur secara bertahap yang mengakibatkan distensi abdomen sehingga membuat pinggul condong ke depan, penurunan tonus otot abdomen, dan bertambahnya beban. Hal ini sering kali menyebabkan rasa tidak nyaman pada punggung, terutama pada wanita yang lebih tua. Effleurage merupakan teknik massage yang mudah dilakukan, aman, tidak memerlukan banyak alat, tanpa efek samping dengan tindakan utama aplikasi dari teori *Gate Control* yang dapat “menutup gerbang” untuk menghambat perjalanan rangsang nyeri pada pusat yang lebih tinggi pada sistem saraf pusat. Teknik massage effleurage mampu menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil. Dikarenakan pada teknik pijatan ini dilakukan dengan tekanan tangan pada jaringan lunak, otot, tendon, atau ligamentum yang dapat meredakan nyeri. Massage effleurage menghasilkan relaksasi dengan cara memperbaiki sirkulasi dan selanjutnya memberi rangsangan taktil dan perasaan positif, yang apabila dilakukan dengan sentuhan yang penuh perhatian dan empatik akan memperkuat efek massage dalam meningkatkan relaksasi otot, menenangkan ujung-ujung syaraf dan menghilangkan nyeri (Ardhana, 2025).

Hasil penerapan ini relevan dengan penelitian sebelumnya tentang efektivitas effleurage massage untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di RB CI Semarang yang dilakukan selama 5 – 10 menit sebanyak 1 kali sehari selama 5 hari berturut-turut, menunjukkan bahwa ada pengaruh effleurage massage pada nyeri punggung pada ibu hamil trimester III (Fatmasari, Hasanah and Listianingsih, 2023). Penelitian lain tentang pengaruh massage effleurage dan relaksasi nafas dalam terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik massage effleurage dapat menurunkan skala nyeri lebih banyak dibandingkan dengan teknik relaksasi nafas dalam pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung (Rahmadayanti, Apriyani and Permadi, 2024). Penelitian selanjutnya tentang efektivitas teknik massage effleurage dan teknik relaksasi terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan teknik massage effleurage dan teknik relaksasi terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Socah Kabupaten Bangkalan (Mardiani and Resna, 2022).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan di PMB Mojokerto menunjukkan bahwa ada perbedaan penurunan nyeri punggung ibu hamil trimester 3 yang diberikan *massage*

effleurage dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III, dimana *massage effleurage* lebih besar menurunkan skala nyeri hingga 5- 6 poin dibandingkan dengan kompres hangat yang hanya menurunkan skala nyeri hanya 2- 4 poin (Fauziah and Sugiadini, 2024). Intensitas nyeri punggung bawah pada setiap ibu hamil trimester III berbeda-beda. Nyeri punggung bawah biasanya akan meningkat intensitasnya seiring dengan bertambahnya berat badan pada ibu hamil yang dapat mengubah postur tubuh sehingga pusat gravitasi tubuh bergeser ke depan, otot punggung akan cenderung untuk memendek jika otot abdomen meregang sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot disekitar pelvis dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligamen tersebut, artinya semakin tua usia kehamilan maka tingkat nyeri yang dirasakan akan semakin tinggi (Jusmawati and Sodri, 2025). Gejala nyeri punggung bawah ini juga disebabkan oleh pengaruh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot di sekitar panggul .

Berdasarkan hasil penerapan *massage effleurage* selama 3 hari terjadi penurunan intensitas nyeri punggung pada subyek. Hal ini terjadi karena *massage effleurage* menghasilkan relaksasi dengan cara memperbaiki sirkulasi dan selanjutnya memberi rangsangan taktil dan perasaan positif, yang apabila dilakukan dengan sentuhan yang penuh perhatian dan empatik akan memperkuat efek *massage* dalam meningkatkan relaksasi otot, menenangkan ujung-ujung syaraf dan menghilangkan nyeri (Wijayanti, Rohmawati and Qiftiyah, 2025). Respon pasien terhadap *massage effleurage* yang dilakukan sangatlah baik, Ny. S mengatakan tidak hanya nyerinya saja yang berkurang, Ny. S mengantuk saat dilakukan *massage* dikarenakan *massage effleurage* ini memberikan efek nyaman.

Asuhan Persalinan

Pada tanggal 28 September 2025 Ny. S mengatakan keluar lendir darah jam 04.30 mules dan perut terasa nyeri sejak jam 07.00, Menurut Sari, R., & Astuti, D. (2020). Keluarnya lendir bercampur darah, yang sering disebut sebagai "*bloody show*," merupakan salah satu tanda awal persalinan. Lendir ini berasal dari sumbatan lendir (*mucus plug*) yang selama kehamilan menutup leher rahim untuk melindungi janin dari infeksi. Pada akhir kehamilan, leher rahim mulai melunak dan membuka, mengakibatkan keluarnya lendir yang bercampur dengan darah. Kontraksi yang semakin sering dan teratur menunjukkan bahwa tubuh sedang bersiap untuk persalinan. Kontraksi ini membantu mendorong bayi turun ke jalan lahir dan mempersiapkan leher rahim untuk dilatasi (Mursyida *et al.*, 2024)..

Berdasarkan data yang diberikan, Ny. S menunjukkan tanda-tanda awal persalinan yaitu kontraksi uterus terjadi 3 kali dalam 10 menit dengan durasi 35 detik setiap kontraksi, menunjukkan bahwa persalinan sudah mulai tetapi masih dalam tahap awal. Tinggi fundus uteri yaitu setengan pusat *processus xiphoides* atau sekitar 30 cm menandakan bahwa janin sudah berada di posisi rendah dan siap untuk lahir. Taksiran berat janin (TBJ) menggunakan rumus *MC Donald* adalah sekitar 2945 gram, yang normal untuk usia kehamilan cukup bulan. hal ini sesuai dengan teori menurut Sembiring *et al.*, (2024). yaitu tinggi fundus uteri pada umur kehamilan aterm adalah antara pusat dan dibawah prosesus xympoideus dan TFU 30 dengan pita ukur normalnya 30-36,7cm sehingga pembesaran uterus atau TFU Ny. R batas normal.

Ny. S G4P2A1 usia 39 tahun hamil 37 Minggu janin tunggal, hidup intrauteri, letak memanjang, puki, preskep, divergen, inpartu kala I Fase aktif Hal ini sesuai teori menurut Ambarwati, (2012) yaitu interpretasi data adalah mengidentifikasi diagnosa kebidanan dan masalah berdasarkan interpretasi data yang benar atas data-data yang telah dikumpulkan baik data subyektif, data obyektif dan masalah dan teori menurut Suarayasa (2020) yaitu pada diagnosa kebidanan data subyektif adalah pernyataan klien mengenai nama, umur, ini kehamilan beberapa, sudah pernah keguguran atau belum.

Asuhan Neonatus

Bayi lahir tanggal 29 September 2025 dari ibu G4P2A1 usia kehamilan 37 minggu dengan HPHT tanggal 02 Januari 2025, HPL tanggal 09 Oktober 2025. Bayi lahir segera

menangis. Menurut IDAI 2018, Bayi menangis segera setelah lahir, yang menunjukkan tanda vital baik. Tangisan pertama bayi merupakan refleks normal untuk memulai proses pernapasan mandiri. Kondisi ini biasanya dinilai melalui skor APGAR (*Appearance, Pulse, Grimace, Activity, Respiration*) pada menit pertama dan kelima untuk menilai adaptasi bayi terhadap kehidupan ekstrasuterin. Pada pemeriksaan tanda-tanda vital di dapatkan hasil, pernapasan 48x/m, nadi: 129 x/m suhu : 36,6 C. Menurut Arummega (2022), Tanda vital bayi baru lahir menunjukkan karakteristik yang berbeda dibandingkan dengan orang dewasa. Pernapasan bayi cenderung lebih cepat karena kebutuhan metabolisme yang tinggi dan fungsi paru-paru yang masih dalam tahap perkembangan. Frekuensi denyut jantungnya juga lebih tinggi untuk mendukung kebutuhan sirkulasi oksigen dan nutrisi yang meningkat. Selain itu, bayi baru lahir rentan terhadap hipotermia, sehingga pengukuran suhu tubuh menjadi penting untuk memantau kemampuan adaptasi termoregulasi.

Diagnosa kebidanan : By. Ny. S. usia 1 jam neonatus fisiologis. Masalah : tidak ada. Kebutuhan:tidak ada. Diagnosa potensial : tidak ada. Antisipasi : tidak ada. Menurut Saifuddin, 2016 Bayi yang lahir cukup bulan pada usia kehamilan cukup bulan, yaitu antara 37 hingga 42 minggu, umumnya memiliki kemampuan untuk beradaptasi terhadap kehidupan di luar rahim dengan baik, termasuk pernapasan, regulasi suhu tubuh, dan kemampuan refleks bawaan. Bayi baru lahir ini memerlukan perawatan yang fokus pada observasi tanda vital, pemberian ASI, serta pencegahan hipotermia untuk memastikan transisi yang optimal ke lingkungan luar rahim. Penatalaksanaan yang penulis berikan berupa melakukan inisiasi menyusui dini, segera setelah bayi lahir. Menurut (Kemenkes RI, 2023). Inisiasi Menyusu Dini (IMD) adalah proses meletakkan bayi baru lahir pada dada atau perut ibu agar bayi secara alami dapat mencari sendiri sumber air susu ibu atau ASI dan mulai menyusui. Bayi akan mendapatkan kekebalan tubuh. IMD bermanfaat bagi ibu karena dapat membantu mempercepat proses pemulihan pasca persalinan. Dalam 1 jam kehidupan pertama bayi dilahirkan ke dunia, bayi dipastikan untuk mendapatkan kesempatan melakukan IMD.

Asuhan Nifas

Pada kunjungan nifas Ny. S dilakukan 10 jam postpartum pada tanggal 29 September 2025 jam 03.32 WITA. Ibu mengatakan perutnya masih merasa mules dan nyeri luka jahitannya. Sejalan dengan (Simiati *et al.*, 2024) nyeri perineum timbul karena adanya kejadian robekan atau laserasi perineum saat proses melahirkan karena adanya jaringan yang terputus sehingga merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan reseptor nyeri pada daerah perineum. Pengakajian data objektif pada tanggal 29 September 2025 didapatkan hasil TD 120/70 mmHg, nadi 80x/ menit, suhu 36,4°C, respirasi 20x/ menit. Colostrum (+), TFU 2 jari dibawah pusat, kontraksi uterus baik, PPV lochea rubra. Sejalan dengan Kadir & Hasnita (2023) Lochia Rubra (*Cruenta*) Berisi darah segar dan sisa-sisa selaput ketuban, sel-sel desidua, verniks kaseosa, lanugo, dan mekonium, selama 2 hari post partum. Menurut Bahiyatu(2018) Proses involusio di tandai dengan penurunan tinggi fundus uter (TFU) yang berlangsung selama 6 minggu. Pada hari pertama TFU berada di atas symphysis pubis atau sekitar 12 cm. Proses ini terus berlangsung dengan penurunan TFU 1 cm setiap harinya.

Diagnosa Kebidanan NY. S Umur 39 Tahun P3A1 Post Partum spontan 10 jam Masalah:tidak ada, kebutuhan : tidak ada,diagnosa potensial : tidak ada ,identifikasi tindakan segera : tidak ada. menurut Arummega (2022), yaitu diagnosa kebidanan ditegakkan oleh profesi (bidan) dalam lingkup praktik kebidanan dan memenuhi standar nomenklatur (tata nama) diagnosa kebidanan, diagnosa dapat ditulis dengan para, abortus, anak hidup, umur ibu dan keadaan nifas. Kemudian ditegakkan dengan data dasar subjektif dan objektif dan Masalah yang muncul merupakan pernyataan dari pasien, ditunjang dengan data dasar baik subjektif maupun objektif.

Asuhan yang diberikan pada Ny.S pada tanggal 29 Oktober 2025 yaitu memeriksa kontraksi uterus dan mengajarkan ibu untuk melakukan amsase guna mencegah perdarahan karena atonia uteri, menganjurkan ibu untuk tetap memberikan ASI pada bayinya secara

on demand dan teknik-teknik menyusui, menganjurkan ibu untuk makan-makanan yang bergizi dan tinggi protein, Memberitahu ibu tentang ASI Eksklusif yaitu memberikan ASI saja selama 6 bulan tanpa diberi makanan apapun.

Asuhan Kontrasepsi

Pada kunjungan tanggal 12 November 2025 ibu mengatakan ingin menggunakan KB 1 Bulan. Ibu tidak memiliki Riwayat penyakit, Riwayat KB sebelum nya ibu menggunakan KB 1 Bulan dan tidak ada keluhan selama memakai KB 1 Bulan. Ibu mengatakan sekarang tidak sedang hamil dan tidak menderita penyakit hipertensi, diabetes melitus, perdarahan pervaginam, kanker payudara dan kanker Rahim. Menurut WHO 2020 kontra indikasi pemasangan Kb Suntik 1 bulan .Hamil atau dicuriagai hamil, Terjadinya gangguan haid, Antara 48 jam hingga 4 minggu setelah melahirkan, Menderita kanker ovarium, Memiliki resiko IMS dan HIV.

Pada pemeriksaan didapatkan hasil Keadaan Umum Ny. S baik, kesadaran composmentis, pemeriksaan fisik dalam batas normal, pemeriksaan TTV, TD : 115/70 mmhg, N: 84 x/m, BB: 57 kg. Muka dan konjungtiva tidak pucat, payudara lunak, puting menonjol, ASI keluar lancar, abdomen tidak ada benjolan dan nyeri tekan, ekstremitas tidak ada oedema dan varises, anogenital tidak ada kelainan. Setelah mengkaji data, menurut Kemenkes RI. Pedoman Pelayanan Kontrasepsi dan Keluarga Berencana. Jakarta. 2021 kondisi ibu diperbolehkan memakai KB Suntik 1 Bulan karena tidak menghambat produksi ASI sesuai dengan teori kemenkes RI yang menyatakan bahwa Kondisi setelah melahirkan dan menyusui merupakan indikasi pemakaian kontrasepsi Suntik 1 bulan.

Ny. S Umur 39 Tahun P3A1 Calon Akseptor KB Suntik 1 Bulan menurut Arummega (2022), yaitu diagnosa kebidanan ditegakkan oleh profesi (bidan) dalam lingkup praktik kebidanan dan memenuhi standar nomenklatur (tata nama) diagnosa kebidanan, diagnosa dapat ditulis dengan para, abortus, anak hidup, umur ibu dan keadaan nifas. Kemudian ditegakkan dengan data dasar subjektif dan objektif dan Masalah yang muncul merupakan pernyataan dari pasien, ditunjang dengan data dasar baik subjektif maupun objektif. Penatalaksanaan yang penulis lakukan adalah Menjelaskan tentang Memberitahukan kepada ibu bahwa keadannya sehat dan tekanan darahnya normal, Memberitahu kepada ibu bahwa KB Suntik 1 Bulan tidak menghambat produksi ASI, Memberitahu kepada ibu tentang indikasi dan kontraindikasi KB Suntik 1 Bulan, Memberitahu ibu tentang keuntungan dan kekurangan dari KB Suntik 1 bulan, Memberitahu kepada ibu tentang waktu pemasangan KB, Melakukan pemasangan KB Suntik 1 Bulan sesuai SOP, Menganjurkan kepada ibu untuk kunjungan ulang 2 minggu lagi atau jika ada keluhan

Berdasarkan uraian diatas terdapat persamaan antara teori dengan gejala yang timbul pada ibu nifas normal, sehingga penulis tidak ada hambatan yang berarti karena pada saat pengumpulan data baik ibu maupun keluarga selalu terbuka dalam memberikan informasi sesuai dengan data yang diperoleh dalam pengumpulan data. Hal ini membuktikan bahwa tidak ditemukan kesenjangan anatara teori dan kasus.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada ibu nifas Ny.S umur 39 tahun di RSU Carsa Tarakan dengan menggunakan Standar Asuhan Kebidanan dari KEPMENKES Nomor: 938/Menkes/SK/VIII/2007, dokumentasi ditulis dalam bentuk asuhan kebidanan 7 langkah varney yaitu pengkajian, interpretasi data, diagnosa potensial, identifikasi penanganan segera, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi, kemudian selanjutnya catatan perkembangan ditulis dalam bentuk SOAP yaitu pengkajian data subjektif, objektif, menganalisa data dan melakukan penatalaksanaan. Ny S tekah diberikan asuhan kebidanan dengan pemberian *Massase effleurage* untuk menurunkan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. Disarankan pada ibu hamil untuk melakukan terapi komplementer untuk mengatasi ketidaknyamanan dalam kehamilan dibandingkan dengan menggunakan obat-obatan yang bisa berefek buruk dalam kehamilan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Seluruh Dosen beserta staf program studi Pendidikan Program Profesi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama penulisan laporan serta suami, dan orang tua saya dan seluruh keluarga tercinta yang telah mendoakan dan membantu baik berupa bantuan moril maupun materi hingga terselesainya laporan ini.

Daftar Pustaka

- Almanika, D., Ludiana, L. And Dewi, T.K. (2021) 'Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro', *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), Pp. 50–58.
- Ardhana, V.C. (2025) 'Penerapan Massage Effleurage Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Gangguan Rasa Nyaman Punggung Bawah Di Wilayah Kerja Puskesmas Srandakan'. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Arummega, M.N., Rahmawati, A. And Meiranny, A. (2022) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii: Literatur Review', *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), Pp. 14–30.
- Fatmasari, N., Hasanah, N. And Listianingsih, M.D. (2023) 'Massage Effleurage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil', In *Prosiding Seminar Nasional Dan Cfp Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, Pp. 225–230.
- Fauziah, S. And Sugiatini, T.E. (2024) 'Massage Effleure Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii', *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (Jp2m)*, 5(3), Pp. 607–615.
- Herliawati, P.A. *Et Al.* (2024) *Bunga Rampai: Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil Dan Ibu Pasca Melahirkan*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Indriani, A., Fitri, N.L. And Sari, S.A. (2023) 'Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2022', *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), Pp. 46–54.
- Juneka Saputri, S. (2025) 'Penerapan Endorphin Dan Effleurage Massage Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Perumnas Kota Lubuklinggau Tahun 2025'. Poltekkes Kemenkes Palembang.
- Jusmawati, J. And Sodri, R.P. (2025) 'Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Tpm B Ika Pratiwi Sodri', *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 5(10), Pp. 4458–4470.
- Kemenkes Ri (2023) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes Ri.
- Mardiani, N. And Resna, M.N. (2022) 'Pengaruh Terapi Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii', *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 7(2), Pp. 108–114.
- Mursyida, R.F. *Et Al.* (2024) *Asuhan Komprehensif Pada Kehamilan*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Nurmalasari, Y., Ciptiasrini, U. And Anggraeni, M. (2024) 'Pengaruh Effleurage Massage Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Gekbrong Kabupaten Cianjur Tahun 2024', *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), Pp. 18434–18447.
- Nurseta, T. *Et Al.* (2021) 'Risk Of Malignancy Index 4 Performance As A Predictor Advanced Stage Epithelial Ovarian Carcinoma Used For Neoadjuvant Chemotherapy', *Medical Laboratory Technology Journal*, 7(2), Pp. 101–111.
- Rahajeng, R. *Et Al.* (2023) 'Effect Of Vitamin C Exposure To Fibroblast Cells On Woman Uterosacral Ligament Culture', *Medical Laboratory Technology Journal*, 9(2).
- Rahmadayanti, A.M., Apriyani, T. And Permadi, Y. (2024) 'The Effect Of Effleurage Massage On The Level Of Back Pain Scale In Trimester Iii Pregnant Women', *Lentera Perawat*, 5(2), Pp. 243–249.

- Sembiring, D.S.B. *Et Al.* (2024) *Konsep Dan Pelayanan Kebidanan (Peran Dan Fungsi Kebidanan)*. Selat Media.
- Simiati, N.M. *Et Al.* (2024) 'Pengaruh Prenatal Massage Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Abiansemal I', *Jurnal Genta Kebidanan*, 13(2), Pp. 31–36.
- Suarayasa, K. (2020) *Strategi Menurunkan Angka Kematian Ibu (Aki) Di Indonesia*. Deepublish.
- Tahir, D. And Anjarwati, N. (2025) 'Program Edukasi Dan Pendampingan Kesehatan Terhadap Perilaku Ibu Hamil Dalam Melakukan Pemeriksaan Antenatal Care', *Mega Buana Journal Of Innovation And Community Service*, 4(1), Pp. 7–15.
- Wahyuni, C.O., Sari, W.I.P.E.K.A. And Kurniyati, K. (2025) 'Massage Effleurage Kombinasi Aromaterapi Lavender Berpengaruh Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil', *Journal Of Midwifery*, 13(1), Pp. 51–61.
- Wahyuningsih, S.S.T. *Et Al.* (2025) *Buku Masalah Dalam Pemberian Asi*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Wijayanti, E.E., Rohmawati, H. And Qiftiyah, M. (2025) 'Pengaruh Massase Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii', *Jurnal Bidan Pintar* | Vol, 6(1).
- Zakiah, S. *Et Al.* (2022) 'Analisis Kasus Continuity Of Care (Coc) Di Tempat Praktek Mandiri Bidan Siti Zakiah Tabanan Tahun 2022: Studi Kasus', *Jurnal Genta Kebidanan*, 12(1), Pp. 31–37.