

ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF PEMBERIAN KOMPRES HANGAT PADA PUNGGUNG, *MASSAGE EFFLEURAGE*, DAN *BREAST CARE*

Rina Maryani, Dyeri Susanti

STIKes Budi Luhur Cimahi

rinamaryani251297@gmail.com, 083817159050

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan salah satu ketidaknyamanan yang sering terjadi pada kehamilan trimester III dan dapat diatasi dengan kompres hangat. Proses persalinan akan menimbulkan nyeri karena kontraksi, metode pengurangan nyeri yaitu dengan *massage effleurage*. Pada masa nifas tidak terlepas dari proses menyusui, agar proses menyusui berjalan lancar dapat diberikan asuhan *breast care*. Menurut survey di PMB "D" dari 50 ibu hamil yang ditemui, sebanyak 75% mengalami ketidaknyamanan nyeri punggung. Studi kasus ini bertujuan untuk menurunkan nyeri setelah pemberian kompres hangat pada punggung di trimester III, *massage effleurage* pada persalinan kala I, dan *breast care* untuk membantu melancarkan ASI. **Metode** penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan melakukan pengkajian sampai memberikan asuhan. Subjek penelitian Ny."G" G1P0A0 dengan ketidaknyamanan nyeri punggung, mengalami nyeri pada kala I, dan bendungan ASI pada masa nifas. **Hasil studi kasus** yaitu asuhan kompres hangat pada punggung selama ± 1 minggu diberikan secara rutin 3-4x sehari dengan durasi ± 15 menit. Ibu mengalami nyeri persalinan kala I, diberikan asuhan *massage effleurage*, ibu merasa nyaman dan intensitas nyeri berkurang, serta pada masa nifas Ibu mengalami bendungan ASI dan diberikan asuhan *breast care* untuk melancarkan pengeluaran ASI. **Kesimpulan** Setelah dilakukan pemberian kompres hangat pada punggung, *massage effleurage* intensitas nyeri berkurang, dan *breast care* membuat ASI menjadi lancar.

Kata kunci : Kompres Hangat, *Massage Effleurage*, *Breast Care*.

ABSTRACT

Back pain is one of the complaints of discomfort that often occurs in the third trimester of pregnancy and can resolve with warm compresses. The childbirth process will cause pain due to contractions, the pain reduction method is by massage effleurage. For the breastfeeding process to run smoothly, give breast care. According to a survey in independent midwifery practice "D" of 50 pregnant women, as many as 75% experienced back pain discomfort. This study aims to determine the effect of pain intensity after giving warm compresses to the back in the third trimester, effleurage massage in the first stage of childbirth, and breast care to help facilitate breastfeeding. The research method used is a case study by conducting an assessment to providing care. The subject of the study was Mrs. "G" who experienced back pain during the third trimester of pregnancy and has been giving a warm compress intervention. During childbirth, the mother experienced childbirth pain in the first stage with effleurage massage care, and during the postpartum period, she experienced breast milk dam given breast care. The results of the case study are warm compress care for ± 1 week given routinely 3-4 times a day with a duration of ± 15 minutes, while the childbirth process the mother experienced childbirth pain in the first stage, was given effleurage massage care, the mother felt comfortable and reduced the pain intensity, and during the postpartum period, the mother experiences breast milk dams and given breast care to expedite the release of breast milk. Conclusion After giving warm compresses to the back, massage effleurage intensity of pain reduced, and breast care makes breast milk smooth.

Keywords : Warm Compress, *Massage Effleurage*, *Breast Care*.

PENDAHULUAN

Nyeri punggung merupakan salah satu keluhan ketidaknyamanan yang sering terjadi pada ibu hamil. Nyeri umumnya meningkat intensitasnya pada ibu hamil karena adanya perubahan postur dan gravitasi atau gaya berat tubuh pada wanita hamil. Hal ini terjadi karena pembesaran rahim dan peningkatan berat janin. Nyeri tulang belakang juga terjadi karena perubahan struktur anatomis, hormonal dan stress, nyeri punggung yang berlebihan dapat berdampak buruk pada ibu dan janin meskipun bukan termasuk kehamilan yang beresiko tinggi namun juga memerlukan perhatian khusus dengan melakukan asuhan komprehensif (HALOHO; & HALOHO;, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Apriliyanti Mafikasari, 2014) ketidaknyamanan nyeri punggung pada ibu hamil terjadi sekitar 60-80% di berbagai daerah, dan di provinsi Jawa Timur diperkirakan sekitar 65% dari 100% ibu hamil masih mengalami nyeri punggung.

Metode non farmakologis yang dapat mengurangi nyeri yaitu dengan kompres hangat yang dapat memberikan manfaat seperti memberikan rasa nyaman, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot dan memberikan rasa hangat (Alloya, 2016).

Persalinan atau melahirkan bayi adalah suatu proses normal wanita usia subur dan wanita mengalami nyeri selama persalinan merupakan proses fisiologis, secara obyektif pada kala I fase aktif persalinan biasanya kecemasan ibu cenderung meningkat seiring ibu merasakan kontraksi dan nyeri yang semakin hebat. Ibu mulai takut kehilangan kendali dan menggunakan berbagai macam mekanisme koping (Marwa et al., 2017).

Upaya untuk mengatasi nyeri persalinan dapat menggunakan metode non farmakologi karena memiliki efek non invasif, sederhana, efektif, dan tanpa efek yang membahayakan, meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri persalinan antara lain *homeopathy*, *massage effleurage*, imajinasi, umpan balik biologis, terapi musik, *akupresure*, *massage counterpressure*, *hipnobirthing*, *waterbirth*, relaksasi dan akupuntur (Danuatmaja;, 2008).

Pada masa nifas terjadi perubahan-perubahan penting, salah satunya yaitu timbulnya laktasi. Laktasi adalah pembentukan dan pengeluaran air susu ibu. Laktasi terjadi oleh karena pengaruh hormon estrogen dan progesterone yang merangsang kelenjar-kelenjar payudara ibu. Pemberian ASI (Air Susu Ibu) eksklusif bertujuan untuk memenuhi asupan ASI

pada bayi sejak dilahirkan sampai dengan berusia enam bulan karena ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi dan mengandung zat-zat penting seperti protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi kematian pada bayi. Pada pemberian ASI eksklusif terdapat masalah yang dapat terjadi yang disebabkan oleh karena faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya pengetahuan dan sikap ibu, sedangkan faktor eksternal meliputi kurangnya dukungan keluarga, masyarakat, petugas kesehatan maupun pemerintah, gencarnya promosi susu formula. Kondisi ini menyebabkan penundaan pemberian ASI, penundaan pemberian ASI dapat menimbulkan masalah pada ibu yaitu terjadinya penumpukan ASI dalam payudara, sehingga menimbulkan bendungan ASI. Bendungan ASI berdampak pada psikologis ibu seperti rasa sakit, cemas karena tidak dapat menyusui. Kondisi ini akan menyebabkan masalah psikologis pada ibu yaitu ibu akan merasa tidak mampu menyusui bayi dan merasa cemas yang berdampak pada semakin menurunnya produksi ASI. Sebagai alternative ibu akan mengambil keputusan ibu untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif (Pitria, 2018).

Penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan secara komprehensif pada Ny. "G" di PMB "D" Cimahi Tengah,

dikarenakan pada saat kunjungan kehamilan ibu mengeluhkan nyeri punggung pada trimester III, nyeri pada persalinan kala I fase aktif, serta mengeluh mengalami bendungan ASI pada masa nifas.

METODE STUDI KASUS

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan kebidanan. Subjek penelitian adalah Ny."G" G1P0A0 dengan keluhan nyeri punggung pada saat kehamilan trimester III, nyeri persalinan pada kala I, dan mengalami bendungan ASI pada masa nifas.

Pada saat kehamilan Ny. "G" diberikan asuhan kompres hangat selama \pm 1 minggu dengan durasi \pm 15 menit dilakukan 3-4x dalam sehari. Pada saat kala I ibu mengalami nyeri persalinan dan dilakukan *massage effleurage*. Pada masa nifas mengalami bendungan ASI dan diberikan asuhan *Breast Care* selama 3 hari.

HASIL STUDI KASUS

Asuhan kehamilan TM III dilaksanakan pada hari senin tanggal 19 April 2021, ibu mengalami ketidaknyamanan nyeri punggung dengan hasil pemeriksaan dalam keadaan normal. Penatalaksanaan yang diberikan berupa pemberian kompres hangat pada punggung selama \pm 1 minggu dilakukan secara rutin

3-4 kali dalam sehari dengan durasi \pm 15 menit.

Asuhan masa persalinan Kala I tanggal 24 April 2021 pukul 07.00 WIB, ibu mengalami nyeri persalinan kala I, hasil pemeriksaan dalam batas normal pembukaan serviks 7 cm, penatalaksanaan yang diberikan yaitu memberi asuhan *massage effleurage* selama kala I berlangsung dan intensitas nyeri ibu berkurang.

Asuhan masa nifas pada kunjungan hari ke 3 tanggal 27 April 2021 ibu mengalami bendungan ASI, dengan hasil pemeriksaan didapatkan payudara ibu teraba bengkak, penatalaksanaan yang diberikan yaitu memberi asuhan *breast care*. Asuhan ini diberikan selama 3 hari dan hasil yang didapatkan ASI keluar dengan lancar.

PEMBAHASAN

Pada kasus ini Ny "G" mengalami ketidaknyamanan kehamilan trimester III yaitu nyeri punggung, diberikan asuhan kompres hangat selama \pm 1 minggu dengan durasi \pm 15 menit dilakukan 3-4x dalam sehari secara rutin. Pemberian kompres hangat dilakukan pada Ny. "G" dan ibu merasa nyaman karena relaksasi dan berkurangnya rasa nyeri punggung. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marwa et al., 2017) bahwa setelah diberikan kompres hangat

menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri pada ibu hamil trimester III.

Proses kala 1 persalinan Ny."G" didasari dengan kontraksi yang teratur sejak pukul 03.00 WIB tanggal 24 April 2021. Ibu datang ke PMB "D" pukul 07.00 WIB dengan hasil pemeriksaan pembukaan 7 cm dan ketuban masih utuh. Lamanya kala 1 pada Ny."G" berlangsung selama 2 jam, berdasarkan teori bahwa proses persalinan kala I pada primipara yaitu sekitar 6 jam. Ibu primigravida lebih merasakan nyeri pada awal persalinan kala I. Primigravida cenderung lebih banyak mengalami kecemasan hingga menimbulkan ketegangan dan ketakutan sehingga tidak dapat menahan nyerinya (Rukiah, 2012). Sama halnya yang dialami oleh Ny. "G" mengalami nyeri persalinan kala I, sehingga dilakukan *massage effleurage* untuk mengurangi nyeri yang dirasakan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni & Wahyuningsih, 2015) mengatakan bahwa pemberian *massage effleurage* dapat digunakan untuk intervensi pada saat mengalami nyeri persalinan.

Pada kasus ini Ny. "G" mengalami bendungan ASI pada hari 3 masa nifas. Kondisi ini menyebabkan penundaan pemberian ASI, penundaan pemberian ASI dapat menimbulkan masalah pada ibu yaitu terjadinya penumpukan ASI dalam payudara, sehingga menimbulkan bendungan ASI. Asuhan yang diberikan yaitu *breast care* selama 3 hari, didapatkan

hasil ASI keluar dengan lancar. Bendungan ASI berdampak pada psikologis ibu seperti rasa sakit, cemas karena tidak dapat menyusui. Kondisi ini akan menyebabkan masalah psikologis pada ibu yaitu ibu akan merasa tidak mampu menyusui bayi dan merasa cemas yang berdampak pada semakin menurunnya produksi ASI (Kusumastuti et al., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Pitria, 2018) mengatakan bahwa dengan melakukan asuhan *breast care* produksi ASI menjadi lebih lancar sehingga tidak mengalami bendungan ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Asuhan kebidanan komprehensif dengan pemberian kompres hangat pada punggung, dan *massage effleurage* dapat mengurangi intensitas nyeri pada masa kehamilan TM III dan kala I fase aktif. Asuhan *breast care* dapat membantu melancarkan pengeluaran ASI. Asuhan kebidanan yang diberikan oleh PMB perlu dipertahankan agar masyarakat khususnya ibu dapat menjalani fase kehamilan, persalinan, dan nifas dengan nyaman dan bahagia.

DAFTAR PUSTAKA

- Alloya, A. (2016). *Beda Pengaruh Antara Senam Hamil Dengan Kompres Hangat Dan*.
- Apriliyanti Mafikasari, R. I. K. (2014). *POSISI TIDUR DENGAN KEJADIAN BACK PAIN (NYERI*

PUNGGUNG) PADA IBU HAMIL TRIMESTER III Apriliyanti Mafikasari*, Ratih Indah Kartikasari**.

Danuatmaja, B. M. (2008). *Persalinan Normal Tanpa Rasa Sakit*. Pustaka Swara.

HALOHO, C. B., & HALOHO, C. B. (2017). *PENGARUH PEMBERIAN KOMPRES HANGAT JAHE TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDUNG MUNDU KOTA SEMARANG*. //Repository.Poltekkes-Smg.Ac.Id/Index.Php?P=Show_Detail &Id=13606&Keywords=

Kusumastuti, Qomar, U. Laelatul, & Pratiwi. (2018). Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu Postpartum. *University Research Colloquium*, 271–277. [Http://Repository.Urecol.Org/Index.Php/Proceeding/Article/View/147/143](http://Repository.Urecol.Org/Index.Php/Proceeding/Article/View/147/143)

Marwa, A. R., Sumarah, S., & Maryani, T. (2017). Perbedaan Skala Nyeri Kala I Dan Durasi Kala II Persalinan Pada Primigravida Dengan Senam Dan Yoga Kehamilan. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 11(1), 45–49.

Pitria, E. (2018). Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Pos Partum Di Ruang Kebidanan Di RSUD Kota Kendari Tahun 2018. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*.

Wahyuni, S., & Wahyuningsih, E. (2015). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di RSUD PKU Muhammadiyah Delanggu Klaten 2015. *Jurnal Involusi Kebidanan*, 5(10), 43–53.