

Kelas praktikum A6

Kelompok 2

TERAPI KEBIDANAN KOMPLEMENTER



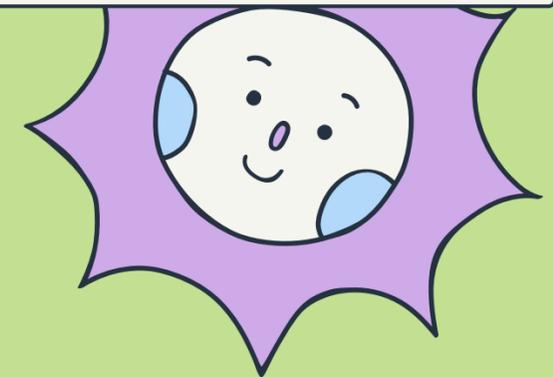
ANGGOTA KELOMPOK :

1. NIRMALA AYU ARIFAH (068)

2. GEVY NURADIRA ISNAINI (069)

3. AISYA NOVIA RAHMI (070)

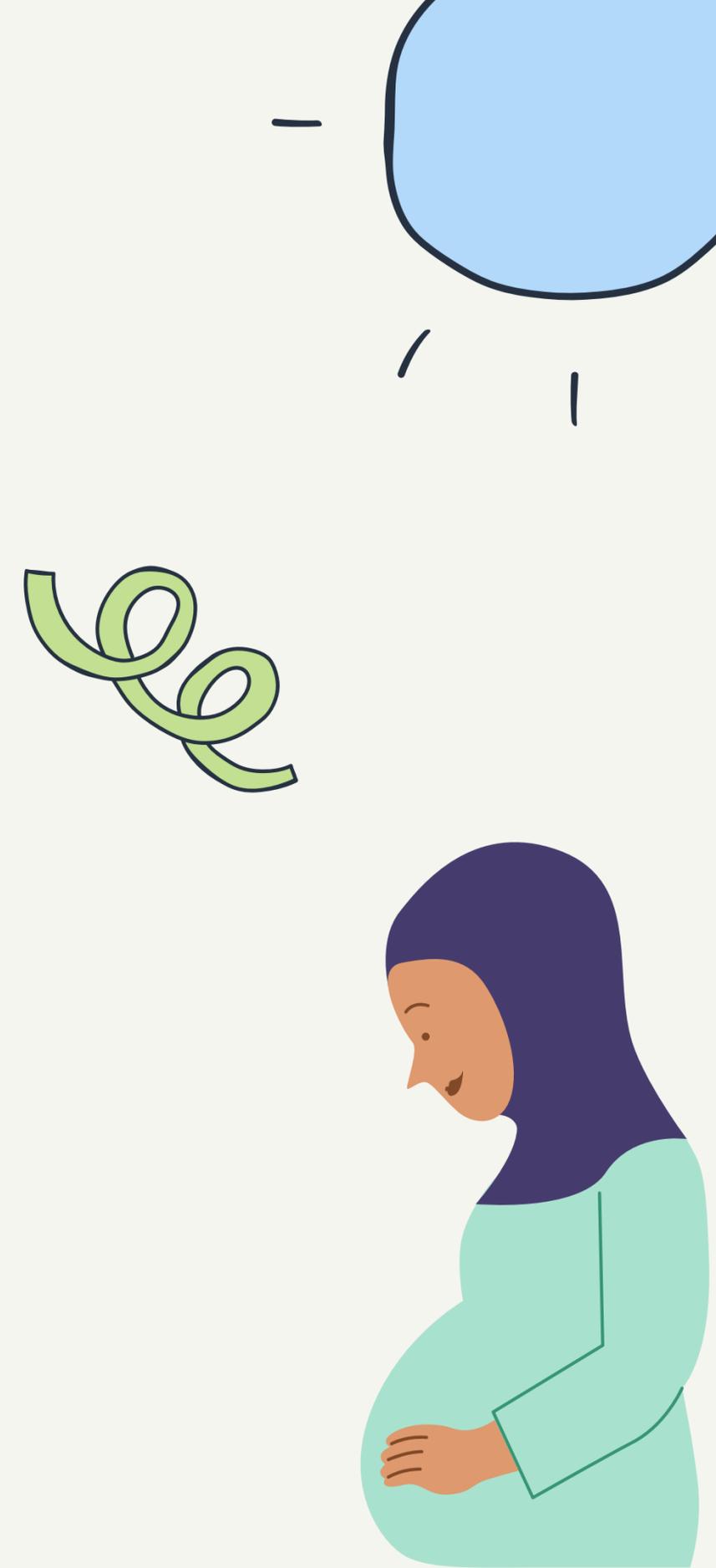
4. SHINTA SEPTYA AMANDA (071)

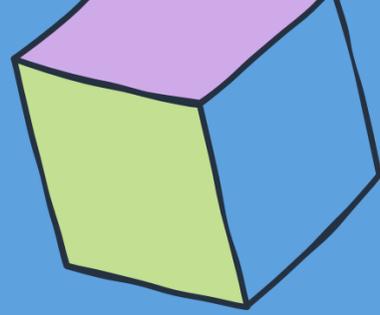


SKENARIO



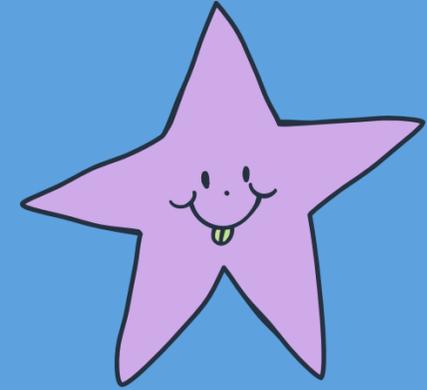
Seorang perempuan, usia 25 tahun, sedang hamil dengan usia kehamilan 35 minggu, datang ke Puskesmas dengan diantar suami. Sejak 2 hari yang lalu mengeluh nyeri pinggang, kaki dan tangan kesemutan, mengaku hamil anak pertama, ibu menyatakan tidak suka minum obat, sekarang ibu dalam kondisi sehat. Berdasarkan hasil pemeriksaan : keadaan umum baik, suhu 36,50C, respirasi 20 x/menit, tekanan darah 120/80 mmHg, nadi 88 x/menit, hasil pemeriksaan djj 170x/menit, TFU 30 cm, hasil palpasi Leopold pada fundus teraba bulat, tidak melenting, mungkin bokong, bagian kanan ibu teraba keras, bagian kiri teraba bagian kecil janin, pada perut bagian bawah teraba keras, tidak bisa digoyang.





PEMERIKSAAN FISIK

- keadaan umum baik
- Suhu 36,5 drajat celcius
- Respirasi 20x/menit
- Tekanan darah 120/80 mmHg
- Nadi 88x/menit
- Djj 170x/menit
- TFU 30cm
- Palpasi Leopod & fundus : teraba bulat, tidak melintang, mungkin bokong, bagian kanan terasa keras, bagian kiri teraba bagian kecil janin, perut bagian bawah keras, tidak bisa digoyang

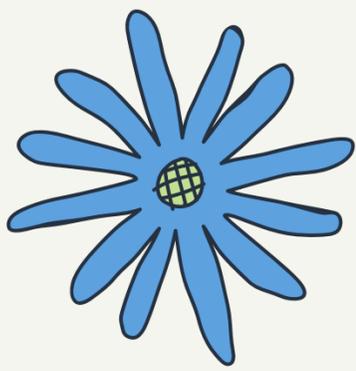


ASUHAN KEBIDANAN KOMPLEMENTER

- 
- Menjelaskan kepada ibu mengenai kondisi kehamilannya
 - Menjelaskan kepada ibu bahwa nyeri pinggang yang terjadi normal karna adanya penambahan berat badan, ukuran bayi & perubahan postur tubuh. Cara mengatasinya yaitu menyangga atau mengganjal punggung jika berbaring dan duduk
 - Menganjurkan ibu mengkonsumsi makanan bernutrisi & mengkonsumsi asam folat
 - Menjelaskan ibu mengenai tanda bahaya kehamilan
 - Menjelaskan ibu mengenai tanda-tanda persalinan
 - Mengingatkan ibu mengenai persiapan persalinan



PENYEBAB DAN CARA MENGATASI SAKIT PINGGANG

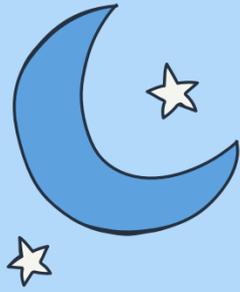


1. Bertambahnya berat badan
2. Perubahan hormon
3. Perubahan postur tubuh
4. Stress
5. Saraf terjepit



1. Melakukan olahraga ringan
2. memperbaiki postur tubuh
3. mengompres bagian pinggang
4. minum obat

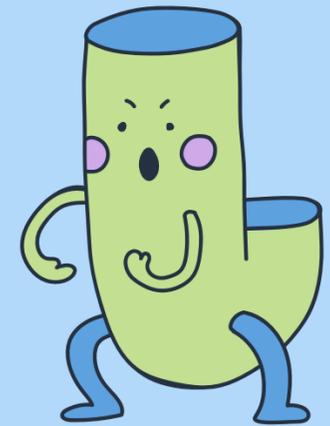


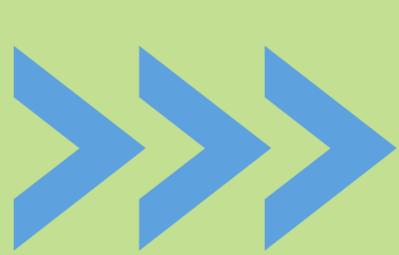


MANFAAT DAN TUJUAN



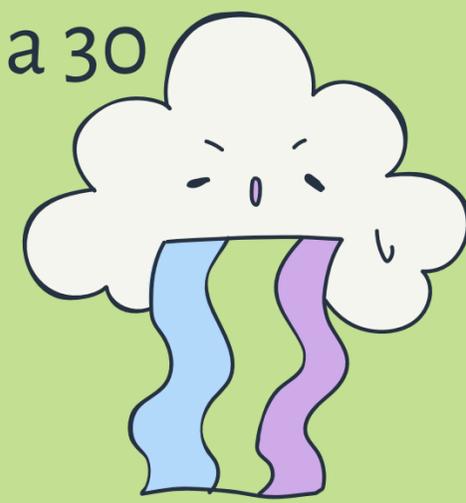
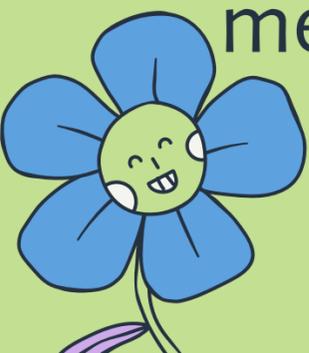
Manfaat dan tujuan menyangga atau mengganjal punggung dengan bantal salah satunya jika berbaring dan duduk untuk ibu hamil yaitu untuk mengurangi/meredakan rasa sakit pada punggung karena dengan adanya bantal sebagai penyangga maka punggung akan terasa rileks dan nyaman karena media yang empuk.





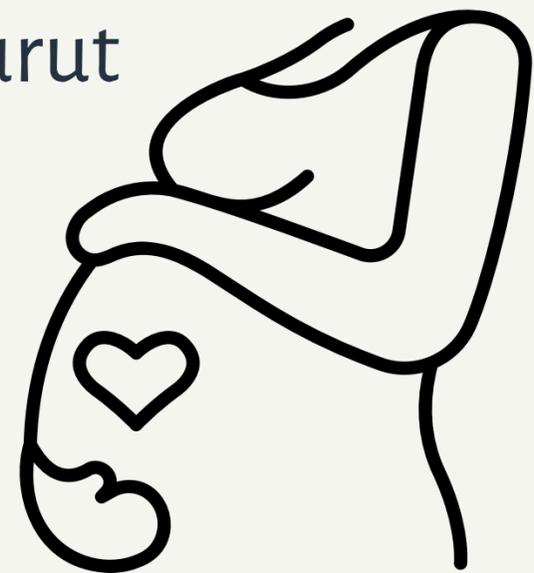
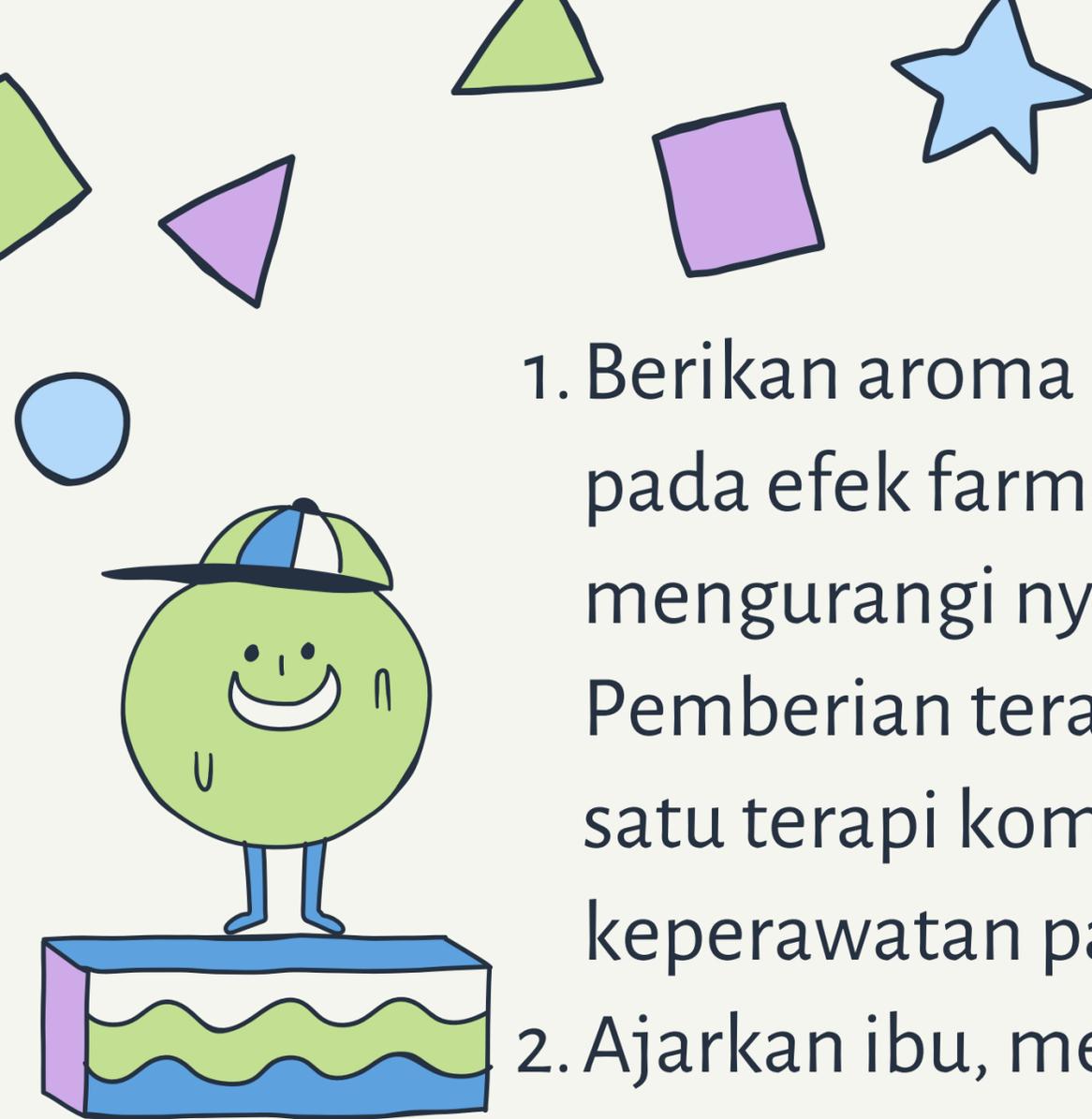
TIPS MENGURANGI NYERI PINGGANG

1. Saat berdiri upayakan berdiri dengan sikap tegak, punggung lurus dan sejajar bahu. Hindari melengkungkan punggung ke arah belakang.
2. Saat duduk, posisikan tulang punggung sejajar dengan sandaran kursi dan kedua kaki menapak di lantai (jangan menggantung)
3. Hindari posisi berdiri terus menerus selama 6 jam
4. Apabila keluhan nyeri timbul, lakukan gerakan senam ringan untuk relaksasi otot-otot leher, punggung, pinggang dengan cara menarik nafas yang panjang dan dalam kemudian hembuskan secara perlahan melalui mulut.
5. Lakukan senam hamil, latihan pernafasan dan jalan kaki setiap hari selama 30 menit atau sesuai dengan kemampuan ibu hamil.

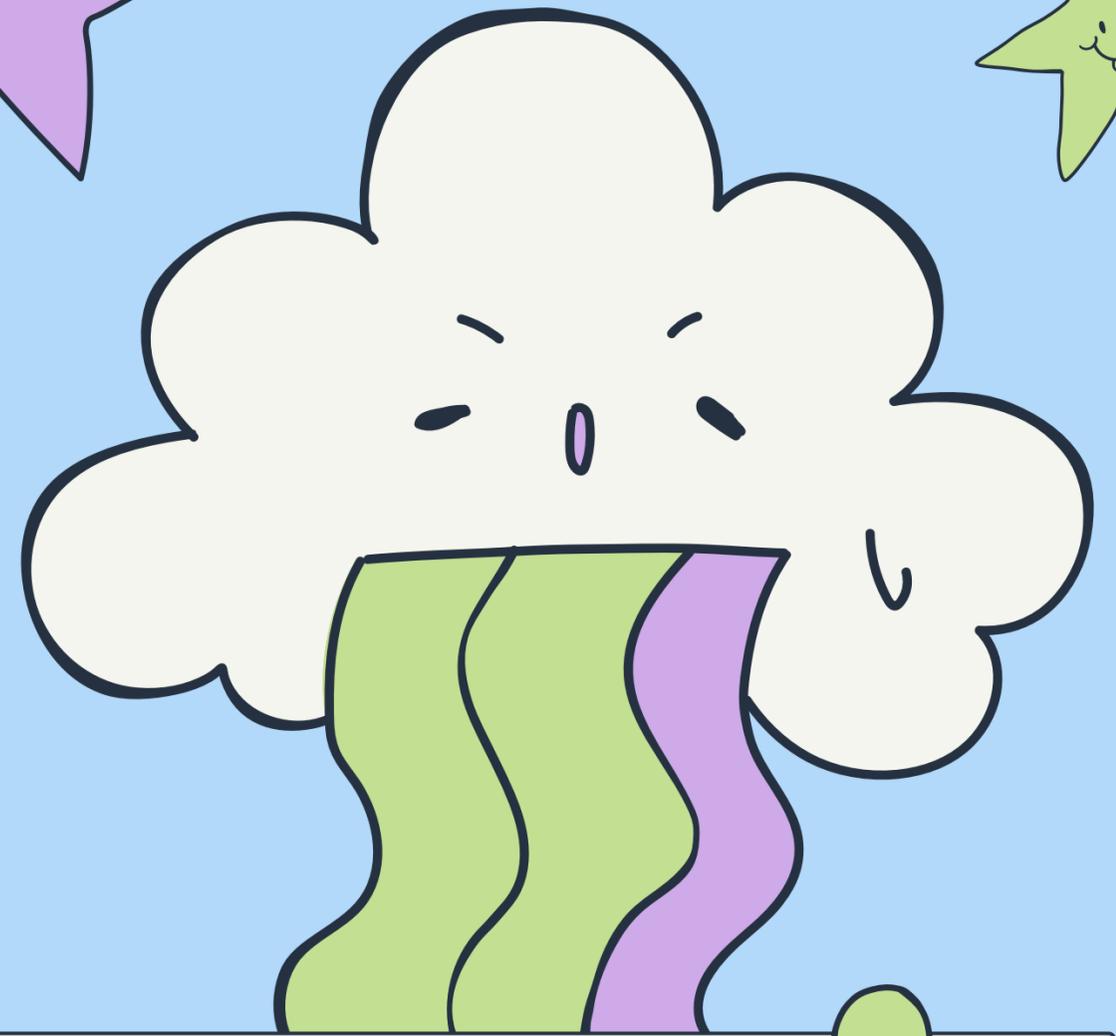


NEXT

1. Berikan aroma terapi jahe untuk menimbulkan rasa tenang dan pada efek farmakologis yaitu rasa panas dan pedas dapat mengurangi nyeri pinggang. Menurut (Margono, 2016)
Pemberian terapi jahe (*Zingiber Officinale*) dapat menjadi salah satu terapi komplementer dalam pemberian asuhan keperawatan pasien Low Back Pain
2. Ajarkan ibu, memposisikan tidur miring kanan kiri dan menggunakan penompang bantal, rasionalnya adalah memberikan rasa nyaman dan menghindari rasa nyeri. Menurut (Mafikasari & Kartikasari, 2015)



TERIMA KASIH



APAKAH ADA PERTANYAAN?

