

Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny "N" G2p1a0 Uk 36 Minggu Dengan Kehamilan Normal Masalah Nyeri Punggung

Oleh

Salimatus Saáadah ¹, Henny Sulistyawati ^{2*}, Dhita Yuniar Kristianingrum ³,
¹²³ Prodi D3 Kebidanan, Fakultas Vokasi, ITS Kes Insan Cendekia Medika Jombang

Corresponding author: *gadang.henny@gmail.com]

ABSTRAK

Salah satu ketidaknyamanan pada kehamilan trimester III yang sering dialami ibu hamil yaitu Nyeri Punggung. Nyeri punggung terjadi karena adanya proses adaptasi pada tubuh ibu hamil yang mengakibatkan perubahan struktur tubuh dan menyebabkan nyeri punggung jangka panjang sehingga berdampak adanya rasa lelah, mudah tersinggung dan rasa tidak nyaman saat beraktivitas. Apabila nyeri punggung tidak terselesaikan dengan baik maka akan mempengaruhi psikologis ibu yang akan mempengaruhi kecemasan sehingga menyebabkan gawat janin. Tujuan penelitian ini memberi asuhan secara komprehensif kepada ibu hamil, nifas, bersalin, BBL, neonatus dan KB pada ibu yang mengalami keluhan nyeri punggung. Metode asuhan kebidanan ini dengan *continou of care* melalui wawancara, observasi, dan penatalaksanaan asuhan. Subjek dalam asuhan ini adalah Ny "N" G2P1A0 UK 36 minggu dengan keluhan Nyeri Punggung di PMB Minarti, S.Tr., Keb Desa Trawasan Kecamatan Sumobito Kabupaten Jombang. Hasil asuhan kebidanan komprehensif dan asuhan komplementer pada Ny "N" selama kehamilan trimester III dengan keluhan nyeri punggung sudah teratasi, persalinan dilakukan secara *Sectio Caesaria*, masa nifas berjalan normal, BBL normal, Neonatus normal, dan menjadi akseptor KB suntik 3 bulan. Kesimpulan dari asuhan kebidanan komprehensif yang telah dilakukan secara mandiri dan kolaborasi serta dengan penanganan secara dini, tidak ditemukan adanya penyulit kehamilan, persalinan secara SC, nifas normal, BBL normal, Neonatus normal, dan menjadi akseptor KB suntik 3 bulan. Disarankan bagi bidan untuk selalu mengajarkan senam hamil dan melakukan pijat/massage pada ibu hamil untuk mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil.

Kata kunci : Asuhan Kebidanan, Komprehensif, Nyeri Punggung

Comprehensive Midwifery Care for Mrs. 'N' G2P1A0 at 36 Weeks of Gestation with Normal Pregnancy and Back Pain Complain

ABSTRACT

One of the discomforts often experienced by pregnant women in the third trimester is back pain. Back pain occurs due to the body's adaptation process, which results in changes in body structure and causes long-term back pain, resulting in fatigue, irritability, and discomfort during activities. If back pain is not properly addressed, it

can affect the mother's psychology, leading to anxiety and, ultimately, fetal distress. The purpose of this study is to provide comprehensive care to pregnant women, postpartum women, laboring women, newborns, neonates, and family planning mothers experiencing back pain. This midwifery care method with continuous care through interviews, observations, and care management. The subject in this care is Mrs. "N" G2P1A0 UK 36 weeks with complaints of Back Pain at PMB Minarti, S.Tr., Keb Desa Trawasan, Sumobito District, Jombang Regency. The results of comprehensive midwifery care and complementary care on Mrs. "N" during the third trimester of pregnancy with complaints of back pain have been resolved, delivery was carried out by Sectio Caesaria, the postpartum period went normally, normal BBL, normal Neonates, and became an acceptor of 3-month injection KB. The conclusion of comprehensive midwifery care that has been carried out independently and collaboratively as well as with early treatment, there were no pregnancy complications, delivery by CS, normal postpartum, normal BBL, normal Neonates, and became an acceptor of 3-month injection KB. It is recommended for midwives to always teach pregnancy exercises and do massage to pregnant women to reduce complaints of back pain in pregnant women.

Keywords: Midwifery Care, Comprehensive, Back Pain.

A. PENDAHULUAN

Nyeri punggung bawah merupakan keluhan yang sering terjadi pada ibu hamil trimester II dan III. Hal ini terjadi karena adanya proses adaptasi pada tubuh ibu hamil (Swarsini, 2024). Perubahan pada hormon relaksin, yang mempengaruhi fleksibilitas jaringan ligamen yang akhirnya meningkatkan mobilitas sendi di pelvis dan akan berdampak pada ketidakstabilan spinal dan pelvis serta menyebabkan rasa tidak nyaman. Senam hamil merupakan suatu latihan untuk mempertahankan dan memperbaiki keseimbangan fisik ibu hamil (Surati Surati & Basaria Manurung, 2023). Nyeri punggung akibat perubahan struktur tubuh, yang menyebabkan nyeri punggung jangka Panjang sehingga mengakibatkan rasa lelah, mudah tersinggung dan rasa tidak nyaman saat beraktivitas. Hal tersebut dapat mempengaruhi psikologis ibu dan dapat mengalami kecemasan hingga menyebabkan gawat janin (Arummega et al., 2022). Menurut WHO 2022, Prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III menunjukkan bahwa sekitar 70% mengalami nyeri punggung. Di Indonesia sendiri terjadi 60% - 80% ibu dengan back paint / nyeri punggung (Pangesti et al., 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kusmindarti, 2025) di desa Carangrejo Kecamatan Kesamben Kabupaten Jombang terdapat 15 orang (60%) mengeluh nyeri punggung dan 6 orang (40%) tidak ada keluhan. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di PMB Minarti S.Tr.,Keb, Desa Trawasan, Kecamatan Sumobito, Kabupaten Jombang, yang melihat data kunjungan ibu hamil pada bulan Desember 2024 – Februari 2025 terdapat 10 ibu yang sedang hamil trimester III, 4 diantaranya dengan keluhan nyeri punggung (40%), 2 ibu mengalami sering kencing (20%), 4 yang lain tidak ada keluhan.

Faktor yang dapat menyebabkan nyeri punggung diantaranya pertumbuhan rahim yang dapat menekan implus nyeri, berat badan yang bertambah, efek hormon relaksin pada ligamen, nyeri punggung sebelumnya, paritas, dan aktivitas. Seiring bertambahnya usia kehamilan menyebabkan ligamen pendukung meregang dan ibu sering mengalami kram yang sangat menyakitkan (menekan impuls nyeri) yang disebut nyeri ligament dan penyebab lain nyeri punggung yaitu aktivitas selama hamil, paritas, dan usia kehamilan (Arummega et al., 2022). Kelelahan fisik dan emosional bisa jadi salah satu penyebab terjadinya nyeri punggung yang mengganggu aktivitas sehari-hari.

Nyeri punggung pada jangka panjang yang tidak segera diatasi akan berdampak negatif pada ibu hamil karena dapat menyebabkan terganggunya aktifitas fisik misalnya bangun dari tempat tidur, duduk atau berdiri dalam waktu lama, berpakaian dan membuka baju, serta mengangkat dan memindahkan benda (Suryanti et al., 2021). Dampak buruknya ibu akan mengalami kesulitan untuk berjalan apabila nyeri sudah menyebar pada daerah pelvis dan lumbal. Oleh karena itu, masalah nyeri punggung bagian bawah harus segera mendapatkan penanganan (Suryanti et al., 2021).

Salah satu upaya untuk menurunkan nyeri punggung bagian bawah saat kehamilan yaitu dengan menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis (Mayasari, 2016). Terapi farmakologis yang dapat dilakukan dengan pemberian obat-obatan, namun perlu diperhatikan dalam penggunaannya. Adapun terapi nonfarmakologis diantaranya teknik relaksasi, akupresur, imajinasi, kompres hangat dan pijat/massage (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Keluhan Nyeri punggung dapat diatasi dengan kompres hangat atau terapi pijat. Terapi pijat merupakan pengobatan non farmakologi yang dapat mengurangi nyeri punggung. Pijat dapat mengurangi ketegangan pada otot, meningkatkan mobilitas dan dapat meningkatkan sirkulasi darah. Pemijatan dapat dilakukan dengan usapan lembut pada punggung dengan Teknik massage effleurage, efek lain dari Teknik ini adalah menambah kondisi relaksasi, dapat mengurangi stress, sakit kepala tegang, dapat mengatasi insomnia, dapat memperlancar peredaran darah, meningkatkan aliran getah bening, membantu menyingkirkan zat racun yang ada dalam tubuh serta dapat mendorong kulit lebih sehat (Novidha et al., 2023).

B. METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif atau *Continue of Care* dengan study kasus dengan cara observasi, wawancara, pemeriksaan langsung dan pemeriksaan list data pasien dari buku KIA, dilakukan analisa data dan membandingkannya dengan teori dengan kasus yang ditemukan dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Populasi 10 ibu hamil, dan sampel yang diambil 1 karena penelitian ini melakukan asuhan kebidanan secara komprehensif dari kehamilan

trimester III sampai dengan KB. Penyusunan proposal sampai laporan tugas akhir yaitu dari bulan Februari sampai dengan Juni 2025. Tempat penelitian di PMB Minarti S.Tr.,Keb, Desa Trawasan, Kecamatan Sumobito, Kabupaten Jombang.

C. HASIL PENELITIAN.

Ibu hamil anak pertama pada usia 22 tahun semenjak masuk pada trimester ke 3 di UK 36 minggu ini Ibu mengatakan nyeri punggung. Proses persalinan di lakukan secara *Section Caesarea* (SC) karena indikasi Kala I Fase Laten memanjang. Proses masa Nifas dari 2 jam- 40 hari berjalan secara normal dan tidak ada komplikasi yang menyertai pada ibu maupun bayi. Ibu memilih menggunakan KB Suntik 3 bulan

Tabel 1. Distribusi Subyektif dan Obyektif pada Kehamilan

Tanggal ANC	16 Februari 2025	25 Februari 2025	02 Maret 2025	13 Maret 2025	Usia ibu 30 th, Pergerakan janin aktif
UK	36 mgg	37-38 mgg	39 mgg	40-41 minggu	
Anamnesa	Nyeri punggung	Taa	Taa	Keluar lendir campur darah	
Tekanan Darah	103/77 mmHg	110/70 mmHg	110/70 mmHg	110/80 mmHg	Hasil pemeriksaan laboratorium pada 11 Juli
BB	63 kg	63,2 kg	63,3 kg	63,5 kg	BB sebelum hamil 52 kg
TFU	2 jari dibawah Prosesus xypodeus (26 cm)	2 jari dibawah Prosesus xypodeus (27 cm)	Pertengahan antara Prosesus xypodeus dan pusat (29 cm)	Pertengahan antara Prosesus xypodeus dan pusat (30 cm)	
Terapi	Fe	Fe	Fe dan Vit C	Fe	
Penyuluhan	Kompres air hangat dan pijat ibu hamil	Perawatan payudara	-	Observasi kemajuan persalinan	Hasil lab 23 september 2025 HB : 11,5 g/dl, Albumin : negatif Protein urine : negatif

Berdasarkan pada table diatas ibu hamil melakukan periksa 4 kali selama trimerster III, pada uk 36 minggu ibu mengeluh nyeri punggung, dan diberikan penyuluhan tentang mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan ibu dengan cara melakukan kompres air hangat serta dilakukan pijat ibu hamil.

Tabel 2. Distribusi Subyektif dan Obyektif dari pada Persalinan

KALA I			
Keluhan	Tgl dan Jam	KETERANGAN	
Ibu mengatakan kenceng-kenceng sejak pukul 19.00 WIB.	13 maret 2025 Jam. 20.30	TD : 110/80 mm/Hg N : 88x/menit S : 36,5°C RR : 20x/menit His 3 x dalam 10 menit lamanya 25 detik. DJJ 145x/menit Palpasi 3/5 VT : Ø 1 cm, eff 20 %, ketuban utuh (+) presentasi kepala, denominator UUK kiri depan, Hodge II, molase 0.	14 maret 2025 Jam 14.30 Dilakukan SC pada tanggal 14.40 WIB. 14.50 WIB Bayi lahir secara SC jenis kelamin laki-laki, menangis kuat, warna kulit kemerahan, tonus otot kuat, anus ada, plasenta lahir lengkap
Ibu mengatakan kenceng-kenceng semakin sering.	14 Maret 2025 03.50 WIB 04.00 10.00 WIB	TD : 110/80 mm/Hg N : 85x/menit S : 36°C RR : 22x/menit DJJ : 145x/menit His : 3.10'25" VT : 2 cm Ketuban utuh Disuntik oksitosin drip I melalui infus dan akan pantau selama 6 jam TD : 110/80 mm/Hg N : 88x/menit S : 36,5°C RR : 20x/menit DJJ : 145x/menit His : 3.10'25" VT : 2 cm Disuntik oksitosin drip ke II, kalau gagal dilakukan SC	

Berdasarkan pada table, Ibu mengatakan perut kenceng-kenceng pada tanggal 13 maret 2025 sejak jam 19.00 WIB. TD : 110/80 mm/Hg, N : 88x/menit, S : 36,5°C, RR : 20x/menit, His 3 x dalam 10 menit lamanya 25 detik, DJJ 145x/menit, Palpasi 3/5, VT: Ø 1 cm, eff 20 %, ketuban utuh (+) presentasi kepala, denominator UUK kiri depan, Hodge II, molase 0. Diberikan OD I jam 04.00 WIB dan OD II jam 10.00 WIB. Memberitahu ibu akan dilakukan operasi SC pada jam 14.40. Bayi lahir secara SC jenis kelamin laki-laki, menangis kuat, warna kulit kemerahan, tonus otot kuat, anus ada, plasenta lahir lengkap.

Tabel 3. Distribusi Data Subjektif dan Objektif pada Postpartum

Tanggal PNC	14 Maret 2025	21 Maret 2025	24 Maret 2025	18 April
Post Partum (hari)	6 jam PP	7 hari PP	10 hari PP	35 hari PP
Anamnesa	Nyeri bekas SC	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Eliminasi	BAB (-), BAK (-)	BAK (+), BAK (+)	BAK (+), BAK (+)	BAK (+), BAK (+)
Laktasi	Kolostrum sudah keluar	ASI keluar lancar	ASI keluar lancar	ASI keluar lancar
TFU	2 jari dibawah pusat	Teraba pertengahan antara pusat dan simpisis	Tidak teraba	Tidak teraba
Involusi	Kontraksi uterus baik (keras)	-	-	-
Lochea	Rubra	sanguinolenta	Serosa	Alba

Berdasarkan table diatas pada tanggal 14 Maret 2025 ibu mengeluh nyeri dibagian luka bekas operasi, kolostrum sudah keluar, TFU 2 jari dibawah pusat, kontraksi baik dan keluar lochea Rubra .

D. PEMBAHASAN

1. Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan fakta yang ada ibu hamil usia 31 tahun usia kehamilan 36 minggu yang mengeluh nyeri punggung. Menurut peneliti nyeri punggung pada ibu hamil merupakan hal yang fisiologis yang disebabkan oleh perubahan hormon, peningkatan berat badan, pergeseran pusat gravitasi, dan pembesaran rahim, yang semuanya mempengaruhi otot dan ligamen. Namun, apabila nyeri punggung tidak teratasi dengan baik maka akan menyebabkan hal yang buruk terhadap ibu dan janinnya misalnya stress yang dialami oleh ibu karena merasakan ketidaknyamanan secara menerus yang berakibat ke keadaan janin. Sehingga untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dengan cara melakukan kompres hangat ataupun masase punggung. Sesuai dengan teori dari (Siahaan, 2017) Masase pada punggung merangsang titik tertentu di sepanjang meridian medulla spinalis yang ditransmisikan melalui serabut saraf besar ke formatio retikularis, thalamus dan sistem limbic tubuh akan melepaskan endorfin, hal ini disebabkan karena pijatan merangsang tubuh untuk merangsang senyawa endorphen yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan rasa nyaman.

2. Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin

Kala I

Hasil observasi pada tanggal 13 Maret 2025 di dapat hasil TD : 110/80 mmHg, N: 88 x/menit, S: 36,5°C, RR: 20 x/menit, His: 3 kali dalam 10 menit lamanya 45 detik,

DJJ: 145 ×/menit, VT: Ø 1 cm, ketuban utuh, presesntasi kepala, denominator UUK, hodge I, moulase 0. Hasil observasi pada tanggal 14 Maret 2025 jam 04.00 WIB, di dapat hasil TD : 110/80 mmHg, N: 85 ×/menit, S: 36°C, RR: 22 ×/menit, His: 3 kali dalam 10 menit lamanya 45 detik, DJJ: 145 ×/menit, VT: Ø 2 cm, ketuban utuh, presesntasi kepala, denominator UUK, hodge I, moulase 0. Menurut peneliti apabila kontraksi semakin kencang dan sering disertai his yang semakin kuat seharusnya pembukaannya bertambah, namun yang terjadi pada Ny. N pembukaan masih belum ada penambahan yang masih di kala I fase laten memanjang dan sudah dilakukan oksitosin drip sampai 2 kali namun gagal yang disarankan untuk dilakukan persalinan melalui *Sectio Caesarea* (SC). Hal ini sesuai dengan teori (Pramono & Wiyati, 2021) SC adalah operasi abdomen pada wanita yang paling sering dilakukan apabila persalinan fisiologis tidak memungkinkan dilakukan disebabkan indikasi, yang dalam kasus ini indikasinya adalah partus lama.

3. Asuhan Kebidanan pada ibu Nifas

Berdasarkan fakta pada 1 hari Post SC ibu mengatakan masih nyeri pada luka bekas operasi, pada 7 hari Post SC ibu mengatakan ASI sudah lancar keluarnya , pada 10 hari Post SC ibu mengatakan tidak ada keluhan, pada 35 hari Post SC ibu mengatakan tidak ada keluhan dan ibu sudah menstruasi. Menurut penulis nyeri luka bekas SC adalah hal wajar karena tubuh mengalami insisi atau sayatan pada dinding rahim sehingga Pemenuhan gizi seimbang untuk penyembuhan luka saat masa nifas sangat di butuhkan. Menurut (Maesaroh & Rachman, 2020) salah satu faktor yang mempengaruhi proses penyembuhan luka sectio caesaria adalah faktor nutrisi atau status gizi ibu post partum. Pada penyembuhan luka kebutuhan akan nutrisi meningkat seiring dengan stress fisiologis yang menyebabkan defisiensi protein, nutrisi yang kurang dapat menghambat sintesis kolagen dan terjadi penurunan fungsi leukosit. Jadi ibu post partum pasca sectio caesaria yang memiliki status gizi baik berarti relatif akan lebih cepat proses penyembuhan lukanya dibandingkan ibu yang status gizinya kurang.

4. Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir

Penilaian awal pada saat bayi Ny “N” lahir yaitu bayi baru lahir dengan kondisi cukup bulan, menangis kuat, bergerak aktif. Dengan APGAR SKOR 8-9. Menurut penulis hal ini termasuk bayi baru lahir normal yang terkait dengan penilain sepiintas yaitu apakah bayi cukup bulan, menangis kuat atau tidak, tonus otot kuat atau tidak. Hal tersebut sesuai dengan teori (Indryani, 2024) yang mengatakan penilaian sepiintas meliputi apakah bayi cukup bulan, menangis kuat atau tidak, tonus otot kuat atau tidak.

5. Asuhan Kebidanan pada Neonatus

Berdasarkan data kunjungan I pada tanggal 17 Maret 2025, ibu mengatakan bayi menangis kuat, gerak aktif, BAK $\pm$ 6 kali sehari, warna kuning jernih, BAB $\pm$ 2 - 3 kali sehari, warna kuning, Kunjungan II pada tanggal 21 Maret 2025 ibu mengatakan bayi menyusu dengan kuat, BAK $\pm$ 7 - 8 kali sehari, warna kuning jernih, BAB $\pm$ 2 - 3 kali sehari, warna kuning, Pada Kunjungan III tanggal 24 Maret 2025 ibu mengatakan BAK

$\pm 7 - 8$ kali sehari, warna kuning jernih, BAB $\pm 2 - 3$ kali sehari. Menurut penulis hal tersebut termasuk fisiologis karena semakin sering bayi menyusui maka BAK semakin sering, hal tersebut dikarenakan ASI mudah terserap oleh tubuh. Kasus tersebut sesuai teori (Novita Yanti & Sandra, 2025) yang mengatakan menyusui dapat menyebabkan bayi sering buang air kecil.

6. Asuhan Kebidanan pada Keluarga Berencana

Berdasarkan fakta diperoleh bahwa ibu memilih menggunakan metode Kontrasepsi KB Suntik 3 bulan Menurut peneliti berdasarkan data tersebut pemilihan KB sudah tepat karena KB suntik 3 bulan tidak mempengaruhi produksi ASI pada ibu yang ingin fokus memberikan ASI, pilihan ibu sangat tepat dengan menjadi akseptor KB 3 bulan, penatalaksanaan yang diberikan bidan sesuai dengan SOP KB suntik 3 bulan, Hal ini sesuai dengan teori (Bingan, 2022) suntik KB 3 bulan aman untuk ibu menyusui dan tidak menghambat produksi ASI.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Asuhan Kebidanan Komprehensif pada ibu hamil Trimester III pada Ny. "N" G2P1A0 kehamilan normal dengan Masalah Nyeri Punggung., Asuhan Kebidanan Komprehensif pada persalinan Ny. "N" G2P1A0 dengan persalinan Sectio Caesarian, Asuhan Kebidanan Komprehensif pada ibu nifas Ny. "N" P2A0 dengan nifas normal, Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Bayi Baru Lahir Ny. "N" dengan BBL Normal, Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Neonatus Ny. "N" dengan neonatus cukup bulan. Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Keluarga Berencana Ny. "N" P2A0 dengan akseptor baru KB Suntik 3 bulan.

2. Saran

Disarankan kepada bidan untuk melakukan pijat pada ibu hamil untuk mengatasi nyeri punggung yang menjadi keluhan ibu hamil. Diharapkan hasil laporan asuhan kebidanan ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan sebagai referensi bagi mahasiswa untuk melakukan asuhan kebidanan selanjutnya serta menambah ilmu pengetahuan yang diperoleh selama pendidikan. Dan diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi untuk mengembangkan pembelajaran khususnya asuhan komprehensif pada kehamilan, persalinan, BBL, masa nifas, neonatus, sampai keluarga berencana, serta mengevaluasi mahasiswa dalam pemberian asuhan kebidanan

F. DAFTAR PUSTAKA

Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 14–30. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v9i1.1506>

- Bingan, E. C. S. (2022). *Asuhan Kebidanan Keluarga Berencana (KB) dan Kesehatan Reproduksi*. Unisma Press.
- Indryani, I. (2024). Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. In *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. <https://doi.org/10.36590/penerbit.salnesia.1>
- Kusmindarti, I. (2025). Efektifitas Terapi Akupresur (BL 23, GV 3 & GV 4) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Copyright @ Indah Kusmindarti INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 5, 4195–4205.
- aesaroh, & Rachman, S. M. (2020). Pengaruh Status Gizi Ibu Nifas Terhadap Penyembuhan Luka Post Partum Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 1(Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi), 1.
- Mayasari, C. D. (2016). Pentingnya Pemahaman Manajemen Nyeri Non Farmakologi Bagi Seorang Perawat. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 1(1), 35–42.
- Novidha, D. H., Purwati, A., & Rahmawati, D. (2023). Pengaruh Kombinasi Pijat dan Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Desa Kungkai Wilayah Kerja Puskesmas Bangko. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA)*, 2(2), 70–75. <https://ejournal.unaja.ac.id/index.php/KIA/article/view/873/660>
- Novita Yanti, R., & Sandra, S. (2025). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny. L Di Klinik Pratama Lestari Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Husada Gemilang*, 8(1), 1–24. <https://doi.org/10.61129/jkhg.v8i1.108>
- Pangesti, C. B., Puji Astuti, H., & Eka cahyaningtyas, M. (2022). Pengaruh Pregnancy Massage Punggung Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Tm III. *Jurnal Kebidanan*, XIV(01), 01–12. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v14i01.512>
- Pramono, M. B. A., & Wiyati, P. S. (2021). Obstetri Patologi. *Obstetri Patologi*, 28, 64–82.
- Siahaan, P. G. (2017). PENGARUH PIJAT ENDORPHIN TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG PADA IBU BERSALIN PRIMIGRAVIDA KALA I FASE AKTIF DI KLINIK BERSALIN CITRA MEDAN. In *Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan* (Vol. 4).
- Surati Surati, & Basaria Manurung. (2023). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Pengurangan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Praktek Mandiri Bidan Elisabeth Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2022. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 01–05. <https://doi.org/10.55606/jrik.v3i1.1116>
- Suryanti, Y., Lilis, D. N., & Harpikriati, H. (2021). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sekernan Ilir Tahun 2020. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 22. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.264>
- Swarsini, I. K. . (2024). Pengaruh Loving massage Terhadap Nyeri Punggung

Belakang Bagian Bawah Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*, 14(2), 20–213.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.