

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan pijat prenatal pada Ny. WA dan Ny. WE di Praktik Mandiri Bidan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian keperawatan dalam studi kasus ini menunjukkan bahwa kedua klien mengalami keluhan ketidaknyamanan berupa nyeri pada punggung bagian belakang pada kehamilan trimester III. Hasil pengkajian Ny. WA mengeluh tidak nyaman karena nyeri dibagian punggung bawah, skala nyeri 4 (0-10), nyeri dirasakan hilang timbul datang saat beraktivitas berlebihan sehingga ibu mudah lelah. Ibu juga mengeluh sulit tidur dan susah mencari posisi nyaman ketika nyeri datang. Ibu tampak gelisah serta perubahan pada postur tubuh ibu tampak lordosis. Sedangkan hasil pengkajian yang ditemukan Ny. WE yaitu Ibu mengungkapkan merasa tidak nyaman karena nyeri pada punggung bawah, skala 5 (0-10), nyeri dirasakan hilang timbul datang saat melakukan pekerjaan rumah secara berlebihan, sering terjaga pada dini hari dan sulit mencari posisi nyaman ketika tidur malam saat nyeri datang. Ibu tampak gelisah dan tampak postur tubuh ibu lordosis
2. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada kedua pasien kelolaan utama ibu hamil trimester III merupakan diagnosis negatif dengan jenis diagnosis aktual. Diagnosis keperawatan pada Ny. WA yaitu gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan dibuktikan dengan Ibu mengeluh tidak nyaman karena nyeri dibagian punggung bawah, skala nyeri 4 (0-10), nyeri

dirasakan hilang timbul datang saat beraktivitas berlebihan sehingga ibu mudah lelah. Ibu juga mengeluh sulit tidur dan susah mencari posisi nyaman ketika nyeri datang. Ibu tampak gelisah serta perubahan pada postur tubuh ibu tampak lordosis. Sedangkan diagnosis Ny. WE yaitu Gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan dibuktikan dengan ibu mengungkapkan merasa tidak nyaman karena nyeri pada punggung bawah, skala 5 (0-10), nyeri dirasakan hilang timbul datang saat melakukan pekerjaan rumah secara berlebihan, sering terjaga pada dini hari dan sulit mencari posisi nyaman ketika tidur malam saat nyeri datang. Ibu tampak gelisah dan tampak postur tubuh ibu lordosis.

3. Rencana asuhan keperawatan yang disusun untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada Ny. WA dan Ny. WE dalam studi kasus ini meliputi intervensi keperawatan utama dengan label manajemen nyeri, intervensi pendukung berupa terapi pemijatan, serta intervensi inovatif berupa pijat prenatal. Penyusunan rencana intervensi mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Diharapkan luaran keperawatan yang dicapai meliputi peningkatan status kenyamanan dengan kriteria hasil berupa peningkatan rasa rileks, penurunan keluhan tidak nyaman, penurunan tingkat gelisah, dan penurunan keluhan sulit tidur.
4. Implementasi asuhan keperawatan dalam studi kasus ini dilakukan sesuai dengan intervensi yang telah direncanakan. Implementasi dilakukan melalui 6 kali kunjungan pada 2 pasien yaitu Ny. WA dan Ny. WE, yang mencakup tindakan observasi, terapeutik, dan edukasi. Pelaksanaan intervensi berlangsung dari tanggal 11-16 Maret 2025 di Praktik Mandiri Bidan serta di rumah pasien.

Khusus untuk intervensi inovatif berupa pijat prenatal, setiap sesi dilaksanakan selama 10 menit.

5. Evaluasi keperawatan setelah enam kali kunjungan pada kedua pasien utama, yakni Ny. WA dan Ny. WE, menunjukkan hasil positif. Ny. WA pasien mengatakan setelah mendapat intervensi pijat prenatal selama 3 hari berturut-turut nyeri yang dirasakan pada punggung bagian bawah mulai menurun skala nyeri yang dirasakan turun menjadi 2. Pasien mengatakan ketidaknyamanan yang dirasakan mulai menurun. Pasien mengatakan pola tidurnya mulai membaik dan tidak sering terbangun saat tidur ketika nyeri datang. Pasien tampak lebih rileks. Gelisah menurun. Postur tubuh tidak mengalami perubahan tetap lordosis. Sementara itu, evaluasi pada Ny. WE juga menunjukkan respons positif terhadap intervensi. Pasien mengatakan setelah mendapat intervensi pijat prenatal nyeri yang dirasakan pada punggung bagian bawah mulai menurun setelah dilakukan pijat prenatal, skala nyeri yang dirasakan turun menjadi 2. Pasien mengatakan ketidaknyamanan yang dirasakan mulai menurun. Pasien mengatakan pola tidurnya mulai membaik dan tidak sering terbangun saat tidur ketika nyeri datang. Pasien tampak lebih rileks. Gelisah menurun. Postur tubuh tidak mengalami perubahan tetap lordosis. Berdasarkan evaluasi ini, masalah keperawatan gangguan rasa nyaman pada Ny. WA dan Ny. WE dinyatakan teratasi, meskipun etiologi belum sepenuhnya dihilangkan, tanda dan gejala telah mengalami perbaikan yang bermakna. Rencana tindak lanjut meliputi: melanjutkan terapi pijat prenatal dengan dukungan keluarga atau suami secara rutin sesuai kemampuan, serta tetap melakukan kontrol kehamilan secara berkala di fasilitas kesehatan.

6. Analisis intervensi inovasi pijat prenatal menunjukkan bahwa pijat prenatal terbukti menjadi alternatif intervensi non-farmakologis yang efektif dalam mengatasi gangguan rasa nyaman dan mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Melalui teknik pijatan lembut seperti pijat Swedish dan kneading pada punggung bawah, terapi ini mampu meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta memberikan efek relaksasi fisik dan psikologis. Selain menurunkan intensitas nyeri, pijat prenatal juga berkontribusi dalam meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat kecemasan, sehingga mendukung kesejahteraan ibu selama masa kehamilan. Dengan hasil tersebut, pijat prenatal dapat direkomendasikan sebagai salah satu pilihan intervensi keperawatan dalam membantu ibu hamil mengatasi ketidaknyamanan selama trimester III.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam studi kasus asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan pijat prenatal pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan yang telah dilakukan sesuai acuan teori, adapun saran dari penulis sebagai bahan pertimbangan di antaranya sebagai berikut:

1. Bagi perawat dan bidan di Praktik Mandiri Bidan:

Diharapkan dapat mengoptimalkan penggunaan teknik pijat prenatal sebagai intervensi non-farmakologis untuk mengatasi gangguan rasa nyaman, khususnya nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, serta memberikan edukasi secara rutin tentang manfaat dan teknik pijat yang aman bagi ibu hamil.

2. Bagi peneliti selanjutnya:

Disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan menggunakan metode penelitian kuantitatif maupun kualitatif, agar efektivitas pijat prenatal dalam mengatasi ketidaknyamanan pada ibu hamil dapat dibuktikan lebih luas dan mendalam.

3. Bagi masyarakat:

Diharapkan masyarakat, terutama ibu hamil dan keluarga, dapat lebih memahami pentingnya teknik pijat prenatal sebagai alternatif dalam mengurangi keluhan selama kehamilan dan mendukung peningkatan kualitas hidup ibu hamil dengan tetap berkonsultasi ke tenaga kesehatan yang berkompeten.