

**BAB III**  
**TINJAUAN KASUS**  
**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU PRE MENOPAUSE PADA NY.K**  
**UMUR 48 TAHUN DI KALIREJO LAMPUNG TENGAH**

Tanggal/Jam Pengkajian : 05 Juni 2020/09.15 WIB  
Tempat Pengkajian : Kalirejo, Lampung Tengah.  
Nama Mahasiswa : Dea Ayu Safitri  
NIM : 154012017007

**PENGAJIAN DATA**

**A. DATA SUBJEKTIF**

	Ibu	Suami
Nama	: Ny.K	Tn.K
Usia	: 48 Tahun	50 Tahun
Agama	: Islam	Islam
Suku/Bangsa	: Jawa/Indonesia	Lampung/Indonesia
Pendidikan	: S1	SMA
Pekerjaan	: Guru	Wiraswasta
Alamat	: Kalirejo	Kalirejo

a. Anamnesa.

1. Ibu mengatakan menstruasinya tidak teratur dari 2 tahun yang lalu.  
Terakhir menstruasi pada bulan Maret lamanya 15 hari.

2. Ibu mengatakan susah tidur, sering merasa panas pada malam hari disertai dengan keringat.

b. Riwayat Menstruasi.

Menarche : 11 Tahun  
HPHT : 17-03-2020  
Lamanya : ±15 Hari  
Siklus : Tidak Teratur

c. Riwayat Pernikahan.

Usia Menikah : 24 Tahun  
Pernikahan ke : 1  
Lama Menikah : 23 Tahun

d. Riwayat Kesehatan.

Ibu mengatakan ibu dan keluarga tidak mempunyai penyakit menular seperti: HIV/Aids, TBC, Hepatitis, Penyakit menurun seperti: Hipertensi, jantung, asma dan diabetes.

e. Pola Pemenuhan Kebutuhan Sehari-hari.

1. Nutrisi.

- Makan : 3-4x/hari.  
Jenis : Nasi, sayur dan lauk pauk.
- Minum : 5-6x/hari.  
Jenis : Air Putih, Susu dan Teh.

2. Eliminasi.

- BAB : 1x/hari  
Konsistensi : Lembek.
- BAK : 5x/hari.  
Konsistensi : Cair.

3. Aktivitas.

Ibu mengatakan sehari-harinya bekerja sebagai guru dan mengurus rumah tangga.

4. Personal Hygiene.

Ibu mengatakan mandi 2x/hari, berganti pakaian 2x/hari dan membersihkan alat kelaminnya ketika mandi dan buang air.

**B. DATA OBJEKTIF**

1. Pemeriksaan Fisik.

- a. Keadaan Umum : Baik Kesadaran :  
Compos Mentis
- b. Status Emisional : Stabil
- c. Tanda-Tanda Vital  
TD : 110/70 mmHg  
N : 84x/mnt  
RR : 21x/mnt  
S : 36,7°C

- d. BB/ TB : 60 Kg/158Cm
- e. Kepala : Bersih, Tidak Berketombe.
- f. Wajah : Normal, Tidak Oedema.
- g. Mata : Konjungtiva An anemis, Sklera An Ikterik.
- h. Hidung : Normal, Tidak ada polip.
- i. Leher : Tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid, kelenjar limfe dan Vena jugularis.
- j. Dada : Normal, payudara simetris, tidak ada benjolan dan Nyeri tekan.
- k. Abdomen : Normal, terdapat strie.
- l. Genetalia : Tidak Dilakukan.
- m. Ekstermitas : Normal, tidak oedama dan tidak ada varices
- n. Data penunjang : Tidak Dilakukan.

### **C. ASSASMENT**

Ny. K Umur 48 Tahun.

Masalah : Haid tidak teratur dari 2 tahun yang lalu dan susah tidur karena merasa panas dimalam hari yang disertai dengan keringat.

Kebutuhan : Konseling Pre Menopause.

#### **D. PLANNING**

1. Memberitahu ibu hasil pemeriksaan.

Hasil : TD : 110/70 mmHg

N : 84x/mnt

R : 21x/mnt

S : 36,7°C

Dalam batas normal.

Evaluasi : ibu mengerti dengan keadaannya.

2. Memberitahu ibu bahwa hal yang dialaminya merupakan hal yang wajar karena usia ibu yang sudah 48 tahun produksi hormon di dalam tubuh sudah mulai berkurang yang menyebabkan haid ibu tidak teratur dan merasakan hal hal lainnya karena ibu sudah memasuki masa menjelang menopause atau yang disebut dengan pre menopause.

Evaluasi: ibu mengerti bahwa hal yang dialaminya merupakan hal yang normal.

3. Memberitahu ibu tanda gejala pre menopause yaitu:
  1. Hot flashes atau sensasi gerah atau kepanasan yang muncul secara mendadak.
  2. Gangguan tidur yang bisa disertai keringat atau tanpa keringat.
  3. Perubahan suasana hati seperti: mudah tersinggung, cemas dan merasa sedih.

4. Sulit berkonsentrasi dan mudah lupa.
5. Menurunnya gairah seksual dan kesuburan.

Evaluasi: ibu sudah mengerti tanda gejala pre menopause.

4. Memberitahu ibu cara penanganan gejala pre menopause jika muncul pada ibu yaitu :

1. Makan makanan yang mengandung gizi seimbang seperti : tahu, tempe, buah dan sayur, susu, ikan, telur, kacang-kacangan dan memperbanyak minum air putih, dan menghindari makanan atau minuman tertentu seperti makanan pedas dan minuman yang mengandung kafein dan alkohol. Karena makanan pedas dapat menyebabkan hot flashes dan minuman yang mengandung kafein dapat memperparah gangguan tidur jika ibu mengalami susah tidur.
2. Mengenakan pakaian tipis berbahan katun yang mudah menyerap keringat jika ibu merasa gerah dan mengatur suhu ruangan agar tetap segar dengan membuka jendela pada siang hari dan bisa menggunakan kipas angin atau AC.
3. Rutin berolahraga ringan seperti yoga untuk merileksasikan tubuh untuk mencegah terjadinya gangguan tidur.

Evaluasi: ibu mengerti dan bersedia melakukannya.

5. Menganjurkan ibu untuk sering mengikuti pengajian atau melihat kajian di internet agar ibu dapat lebih tenang dan siap menerima bahwa hal yang dialaminya merupakan hal yang wajar.

Evaluasi : ibu mengerti dan bersedia melakukannya.

6. Memberikan dukungan pada ibu untuk lebih siap menerima keadaan nya saat ini dan lebih berserah diri kepada Allah agar ibu dapat lebih ikhlas menerima keadaan nya saat ini.

Evaluasi: ibu mengerti, sudah tidak cemas lagi dan merasa sudah ikhlas.