

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Kehamilan menurut Nugroho (2014) merupakan salah satu siklus dalam kehidupan seorang wanita. Selama masa kehamilan seorang wanita akan merasakan perubahan baik fisiologis maupun patologis dan umumnya masa kehamilan adalah 40 minggu (Resmaniasih, 2021). Kehamilan dibagi tiga triwulan atau bisa disebut trimester ialah umur kehamilan 0-12 minggu merupakan trimester I, umur kehamilan 12+1 – 28 minggu merupakan trimester II dan trimester III merupakan usia kehamilan 28+1 – 40 minggu (Yuliani dkk 2021). Syaiful & Fatmawati (2019) menjelaskan bahwa trimester III ialah periode kehamilan 3 bulan terakhir ataupun sepertiga masa kehamilan terakhir. Trimester III ialah periode kehamilan dari bulan ke-7 hingga ke-9 bulan (28 minggu – 40 minggu). Masa kehamilan diawali dari konsepsi hingga lahirnya janin. Masa kehamilan dihitung sejak hari awal haid terakhir serta lamanya hamil normal ialah 280 hari (40 minggu) ataupun sembilan bulan.

Pada masa trimester III salah satu ketidaknyamanan yang sering dialami ialah nyeri pada punggung. Faktor risiko yang menyebabkan nyeri punggung yaitu, mempunyai riwayat nyeri punggung sebelum hamil, tidak terdapat seseorang yang membantu dalam pekerjaan rumah tangga (Septiani, 2021). Menurut Fauziahai (2012) nyeri punggung yang dialami ibu hamil dapat terjadi dikarenakan bersamaan dengan pertumbuhan janin di rahim ibu, sendi pelvis sedikit bisa bergerak dalam mengkompensasi pembesaran janin, bahu tertarik ke belakang serta lumbal yang lebih lekung, sehingga sendi pada tulang belakang menjadi lebih lentur. Meskipun demikian nyeri punggung bukanlah merupakan suatu penyakit. Nyeri punggung bisa menimbulkan rasa tidak nyaman hingga nyeri yang menyakitkan (Firdayani & Rosita, 2020). Sedangkan menurut (Febrianti V.E et al., 2021) nyeri punggung akan menyebabkan permasalahan semakin memburuk apabila ternyata otot-otot pada perempuan hamil lemah sehingga gagal menopang uterus ataupun rahim yang membesar.

Pada suatu kajian yang dilakukan Bullock et.al (1991), menemukan bahwa sekitar 88,2% perempuan mengalami nyeri punggung pada sebagian tahapan kehamilan. Prevalensi terjadinya nyeri punggung pada ibu hamil terjadi lebih dari 50% di Amerika Serikat, Turki, Islandia, Korea, Kanada, dan Israel. Sedangkan pada Amerika bagian utara lebih tinggi prevalensinya mencapai 21 % hingga 89 % (Firdayani & Rosita, 2020). Kemudian menurut Kartikasari (2015) nyeri punggung yang dirasakan pada wanita hamil di berbagai wilayah yang ada di Indonesia mencapai 60% – 80% selama masa kehamilan (Veronica et al., 2021).

Perubahan yang terjadi pada ibu hamil trimester II dan III menurut Hutchison, et.al (2012) yaitu perubahan adaptasi fisiologis dan psikologis, perubahan tersebut disebabkan karena bertambahnya usia kehamilan seperti pembesaran perut, perubahan anatomis, dan perubahan hormonal yang dapat menyebabkan gangguan pola tidur pada ibu hamil yang dirasakan saat memasuki trimester tersebut. Masalah lain seperti nyeri punggung, susah tidur, kurang nyenyak, sering kencing juga bisa dirasakan oleh ibu hamil. *National sleep Foundation* menyatakan bahwa 97,3% wanita hamil trimester ketiga sering terbangun di malam hari dan rata-rata sekitar 78% wanita hamil di Amerika mengalami gangguan tidur. Menurut Reichner (2015) mengatakan bahwa pada trimester pertama kehamilan terjadi gangguan pola tidur sebanyak 13%, pada trimester kedua mencapai 19% dan terjadi peningkatan pada trimester tiga ataupun akhir yaitu 66% (Marwiyah & Sufi, 2018). Sedangkan penyebab nyeri punggung pada ibu hamil trimester III menurut (Veronica et al., 2021) adalah karena adanya perubahan postur tubuh dan berat badan yang semakin bertambah.

Upaya efektif yang dapat dilakukan terhadap masalah yang muncul pada trimester III kehamilan diatas seperti nyeri punggung maupun mengatasi gangguan tidur pada ibu hamil, diantaranya melakukan olahraga ringan yang aman bagi ibu hamil, edukasi kesehatan tentang cara mencegah atau menangani nyeri punggung sehingga bisa memiliki kualitas tidur yang baik. Senam hamil efektif mengurangi nyeri punggung pada trimester ketiga karena dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Senam hamil juga merupakan bentuk latihan olahraga terstruktur. Gerakan senam hamil seperti berlutut, memutar tulang

panggul, menekuk bokong, lutut dan dada dapat mengurangi nyeri punggung jika dilakukan secara teratur (Firdayani & Rosita, 2020).

Hal ini sesuai dengan penelitian (Septiani, 2021) berjudul Efektivitas Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di salah satu Puskesmas di Wilayah kerja Kota Metro 80% diantara 15 wanita hamil trimester tiga mengalami nyeri punggung, dan 20% tidak mengalaminya. Responden yang tidak mengalami nyeri punggung sebanyak 25% (tiga responden) rutin melakukan senam hamil, sedangkan dari 12 orang responden 50% (enam respondeen) yang mengalami nyeri punggung mengatakan tidak rutin melakukan senam hamil, sementara 25% dari 3 responden lainnya mengatakan mereka tahu tentang senam hamil tetapi tidak melakukannya. Sedangkan menurut penelitian (Veronica et al., 2021) berjudul Hubungan Senam Hamil Dengan Kejadian Nyeri Punggung pada Kehamilan Trimester III di Puskesmas wates wilayah kabupaten pringsewu dari 84 wanita hamil, yang telah memasuki trimester tiga sebanyak 30 wanita hamil. Dari hasil wawancara dari 7 wanita hamil, 5 wanita hamil yang mengalami nyeri punggung mengatakan tidak pernah melakukan senam hamil dan 2 wanita hamil yang lain telah menerapkan senam hamil dan tidak mengalami nyeri.

Masalah nyeri punggung pada ibu trimester tiga kehamilan ini masih banyak dialami dikarenakan kurangnya kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya senam hamil sehingga hal ini jarang dilakukan. Maka peran penulis terhadap ny. Y dengan masalah nyeri punggung yang menyebabkan gangguan pola tidur dilakukan pemberian implementasi dimulai dari edukasi mengenai pentingnya melakukan kegiatan olahraga seperti senam hamil ataupun teknik relaksasi lainnya yang dapat membantu bahkan menghilangkan rasa ketidaknyaman yang muncul serta memberikan pengetahuan tentang perubahan fisiologi pada ibu hamil saat memasuki trimester ketiga.

I.2. Rumusan Masalah

Masalah nyeri punggung yang sering muncul pada ibu hamil trimester tiga dapat menyebabkan kualitas dan pola tidur pada ibu sehingga membuat ketidaknyaman dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu diperlukan peran perawat untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny. Y dengan nyeri

punggung. Dengan demikian, rumusan masalah ini adalah “Bagaimana Studi Kasus : Implementasi Asuhan Keperawatan Pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan ?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Karya tulis ilmiah ini bertujuan untuk memperoleh pengalaman dan pemberian Implementasi Asuhan Keperawatan Pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan di lingkungan Larangan Selatan, Kecamatan Larangan.

I.3.2 Tujuan Khusus

Penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan yang dilakukan Pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan melalui proses pendekatan meliputi tahap pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi :

- a. Penulis mampu melakukan pengkajian pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.
- b. Penulis mampu menganalisa data dan menentukan masalah keperawatan pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.
- c. Penulis mampu merencanakan tindakan keperawatan pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.
- d. Penulis mampu melakukan implementasi tindakan pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.
- e. Penulis mampu melakukan evaluasi keperawatan pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.
- f. Penulis mampu mendokumentasikan semua kegiatan asuhan keperawatan pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Bagi Penulis

Penulis dapat membuat dan menerapkan asuhan keperawatan serta ilmu yang telah diperoleh selama menempuh pendidikan di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.4.2 Manfaat Bagi Klien dan Keluarga

Klien mendapatkan pengetahuan tentang masalah yang terjadi pada masa kehamilan khususnya pada trimester tiga dan cara praktek tindakan yang benar untuk mengurangi atau menghilangkan masalah yang dirasakan. Keluarga klien dapat membantu klien dalam merawat dan menjaga kesehatan klien di masa kehamilannya.

I.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menambah bahan pustaka dan sebagai bahan referensi dalam penulisan karya tulis ilmiah tentang Studi Kasus : Implementasi Asuhan Keperawatan Pada Ny. Y (G1P0A0) Dengan Masalah Nyeri Punggung Pada Trimester III Kehamilan.