

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester ketiga disebabkan oleh hormonal yang menyebabkan perubahan dan pelunakan jaringan ikat lumbal sehingga terjadi lordosis tulang belakang. Kejadian *low back pain* pada ibu hamil saat akhir kehamilan sebesar 70% yang dapat muncul pada trimester pertama kehamilan dan puncaknya pada trimester kedua dan ketiga kehamilan (Sulastri et al., 2022).

Nyeri punggung merupakan gangguan jaringan pada ibu hamil yang dapat dialami dari masa kehamilan hingga pasca melahirkan. Nyeri punggung dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu perubahan posisi yang berhubungan dengan penambahan berat badan sedang selama kehamilan dan *redistribusi ligament* yang merupakan pusat gravitasi tubuh bergerak ke depan dan otot perut yang meregang lemah, seringkali mengakibatkan kelemahan bahu, otot punggung cenderung memendek, pengetatan otot perut dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot di sekitar panggul dan ketegangan ligament (Rosita et al, 2022).

Jumlah ibu hamil di Nigeria yang menunjukkan bahwa sebagian besar wanita hamil di trimester ketiga menderita sakit punggung dalam kategori sedang yaitu 28.9% dari 138 ibu hamil. Pada etiologi nyeri punggung di usia kehamilan trimester tiga dikaitkan dengan perubahan beban tubuh dan tekanan yang terjadi selama mengandung anak yang belum lahir dan dampak perubahan hormon pada muskuloskeletal (Omoke et al., 2021).

Menurut Kementerian Kesehatan RI, jumlah ibu hamil di Indonesia sebanyak 5.256.483 (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan data survei kesehatan dasar 2018, prevelensi ibu hamil di Indonesia sebesar 4,8%, pada wilayah Jawa Barat sebesar 5,3%. Ketidaknyamanan yang erat dialami wanita hamil selama pemeriksaan kehamilan adalah sakit punggung (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020). Prevelensi ibu hamil yang mengalami *low back pain* sebanyak 54,3% dari jumlah 35 ibu hamil di daerah puskesmas Depok II (Riansih, 2022).

Nyeri punggung yang tidak ditangani dengan cepat dapat menyebabkan nyeri punggung jangka Panjang, meningkatkan predisposisi nyeri punggung postpartum, dan nyeri punggung kronis yang lebih sulit diobati dan disembuhkan. Oleh karena itu diperlukan pemahaman dan pengetahuan yang mendalam dari dokter dan professional perawatan kesehatan untuk membantu ibu mengatasi sakit punggung selama kehamilan (Rosita et al, 2022).

Dampak nyeri punggung ini menyebabkan cedera serius. meningkatkan risiko nyeri kronis, penurunan dan peningkatan kualitas hidup pemanfaatan layanan perawatan paliatif, dan mengganggu. Meski angka kejadiannya sangat tinggi, namun sangat sedikit ibu hamil yang mengetahui masalah nyeri punggung saat hamil dan dapaknya (Ella Khairunnisa et al., 2022).

Peran perawat dalam tindakan efektif yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah trimester ketiga mengatasi nyeri punggung dan susah tidur pada ibu hamil, tindakan terapi kompres panas atau dingin dan senam. Senam hamil cocok untuk ibu di trimester ketiga. Senam hamil adalah salah satu perawatan gerakan yang ditawarkan kepada ibu hamil untuk persiapan fisik dan mental. Senam hamil dapat meredakan nyeri punggung pada ibu hamil karena pada senam hamil terdapat gerakan-gerakan yang dapat memperkuat otot perut, membuat otot punggung dan ligamen menjadi lentur dan rileks, sehingga senam hamil dapat meredakan nyeri punggung bawah. Mengikuti senam hamil secara rutin dapat menjaga kesehatan tubuh dan meredakan nyeri punggung pada ibu hamil (Maliha Amin, 2022).

Penulis bertemu pasien Ny. S dengan keluhan nyeri punggung pada trimester ketiga, nyeri punggung yang dirasakan Ny.S dalam skala 7. Jika nyeri punggung tidak ditangani sejak dini, dapat menyebabkan nyeri punggung jangka Panjang, memburuk setelah melahirkan, dan menyebabkan nyeri punggung kronis yang lebih sulit disembuhkan.

Berdasarkan berbagai data diatas, penulis tertarik melakukan Asuhan Keperawatan yaitu tindakan Senam Hamil pada Trimester III Kehamilan terhadap masalah *low back pain* pada Ny. S di wilayah Bojongsari Lama Kecamatan Bojongsari. Sehingga perlu dicegah dalam bentuk promotif supaya dapat mengurangi masalah *low back pain* pada wanita hamil, *low back pain* sering terjadi saat usia kandungan 7 bulan, karna kurangnya pengetahuan ibu hamil melakukan

senam hamil. Dengan peran ini, penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan ibu hamil dengan masalah *low back pain* bagi Ny. S yang nyeri punggungnya mengganggu tidur dan pola aktivitasnya, pelaksanaan dimulai dengan mengedukasi pentingnya senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung. Relaksasi nafas dalam yang membantu rasa ketidaknyamanan yang muncul serta memberikan informasi terkait perubahan fisiologis Ny. S selama trimester tiga kehamilan.

I.2 Rumusan Masalah

Nyeri punggung merupakan masalah umum bagi ibu hamil. Dampak dari nyeri punggung dapat merubah postur tubuh, bahkan mengganggu saat ibu hamil tidur atau melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan peran perawat yang merawat Ny. S yang mengalami nyeri punggung. Dengan demikian rumusan masalah ini adalah “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. S (G1P0A0) Dengan *Low Back Pain* Trimester III Kehamilan?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk melakukan Implementasi Asuhan Keperawatan Pada Ny. S (G1P0A0) Dengan *Low Back Pain* Pada Trimester III di lingkungan Bojongsari, Kecamatan Bojongsari.

I.3.2 Tujuan Khusus

Penulis dapat mempraktekkan asuhan keperawatan Ny. S (G1P0A0) Dengan *Low Back Pain* trimester tiga kehamilan dengan proses pendekatan yang meliputi tahap pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi:

- a. Penulis dapat melakukan pengkajian pada Ny.S (G1P0A0) dengan *Low Back Pain* trimester tiga kehamilan.
- b. Penulis dapat menganalisis data dan mengidentifikasi masalah keperawatan Ny. S (G1P0A0) dengan *Low Back Pain* Trimester III Kehamilan.

- c. Penulis dapat merencanakan tindakan dan implementasi tindakan keperawatan Ny. S (G1P0A0) dengan *Low Back Pain* Trimester III Kehamilan.
- d. Penulis dapat melakukan evaluasi keperawatan Ny. S (G1P0A0) dengan *Low Back Pain* Trimester III Kehamilan.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Bagi Penulis

Penulis dapat mengaplikasikan ilmu keperawatan dan ilmu yang didapat selama kuliah di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.4.2 Manfaat Bagi Pasien Janin dan Keluarga

Pasien mendapatkan pengetahuan, pasien diberitahu tentang masalah yang terjadi selama kehamilan, terutama pada trimester ketiga, dan bagaimana mengambil tindakan yang tepat untuk mengurangi atau menghilangkan masalah yang diamati. Sehingga pasien dapat mengatasi ketidaknyamanan yang muncul selama kehamilan dan merasa nyaman. Janin sehat, keluarga pasien dapat membantu pasien merawat dan menjaga kesehatannya selama kehamilan.

I.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Menambah informasi tambahan dan bahan referensi saat menulis makalah maupun karya tulis ilmiah akademis, Asuhan Keperawatan Pada Pasien Ny. S (G1P0A0) dengan *Low Back Pain* pada trimester ketiga kehamilan.