

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, dimana trimester satu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 sampai ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu, minggu ke-28 hingga ke-40 (Walyani, 2015). Status kesehatan pada masa kehamilan merupakan hal yang sangat penting untuk perkembangan kesehatan ibu dan juga bayi yang dikandungnya. Selama kehamilan, wanita akan mengalami perubahan baik secara anatomi, fisiologi maupun psikologi sehingga menyebabkan ketidaknyamanan selama kehamilan. Salah satu ketidaknyamanan yang sering dialami ibu hamil adalah nyeri punggung (Varney, dkk.2006)

Pada masa kehamilan, rahim wanita akan mengalami penambahan berat dan pembesaran karena adanya hipertrofi atau peningkatan ukuran sel dan pengaruh mekanis tekanan interior terhadap dinding rahim seiring perkembangan janin didalam kandungan. Sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan dan semakin membesarnya ukuran rahim menyebabkan postur tubuh dan cara berjalan wanita berubah secara menyolok. Jika ibu hamil tidak memberi perhatian penuh terhadap postur tubuhnya maka ia akan berjalan dengan ayunan tubuh kebelakang akibat peningkatan lordosis. Lengkung ini kemudian akan meregangkan otot punggung dan menimbulkan rasa nyeri (varney.2006).

Dengan adanya perubahan postur tubuh selama kehamilan dan redistribusi pemusatan gravitasi yang bergeser kedepan, serta pengaruh hormonal pada struktur ligamen hal ini sering mengakibatkan lekukan pada tulang lumbal yang disertai pembulatan pada bahu serta dagu yang menggantung, ada kecendrungan bagi otot punggung untuk memendek jika

otot abdomen meregang sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot disekitar pelvis, dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligamen tersebut. Akibatnya adalah nyeri punggung yang biasanya berasal dari lumbal, dan dapat menjadi gangguan punggung jangka panjang jika keseimbangan otot dan stabilitas pelvis tidak dipulihkan setelah melahirkan.

Nyeri punggung merupakan gangguan yang banyak dialami oleh ibu hamil yang tidak hanya terjadi pada trimester tertentu, tetapi dapat dialami sepanjang masa-masa kehamilan hingga periode pasca natal (Lichayati, 2013). Menurut Mantle, berdasarkan survey di Inggris dan Skandinavia 50 % ibu hamil menderita nyeri punggung dan 70 % dialami juga pada wanita hamil di Australia. Sedangkan di Indonesia terdapat 373.000 ibu hamil diantaranya 60-80% mengalami nyeri punggung (*back pain*). Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2016 jumlah ibu hamil di Provinsi Lampung sebesar 35.437 jiwa dan 70% diantaranya mengalami nyeri punggung. Sehingga latihan fisik yang spesifik diperlukan untuk membantu ibu hamil melakukan adaptasi terhadap perubahan fisik pada tubuhnya selama kehamilan (Brayshaw, 2009). Dari hasil survey yang penulis lakukan di PMB Annisak Meisuri, S.ST., terdapat 15 ibu hamil yang mengalami nyeri punggung dikarenakan tidak mengetahui bagaimana cara untuk mencegah terjadinya nyeri punggung tersebut.

Untuk mencegah keluhan nyeri punggung dan membentuk aktivitas sehari-hari yang aman dan nyaman selama kehamilan maka ibu hamil perlu mekanika tubuh (*body mekanik*) yang benar. Banyak tugas rumah tangga seperti menyetrika atau menyiapkan makanan yang dapat dilakukan dalam posisi duduk, bukan berdiri tetapi dilakukan dengan berdiri dengan waktu yang lama, termasuk jika ibu hamil harus mengangkat objek berat maka terjadi tegangan pada otot panggul, semua gerakan berputar sambil mengangkat merupakan gerakan yang berbahaya dan tidak boleh dilakukan (Fraser. 2009)

Dengan adanya masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan terhadap Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari dengan mengajarkan teknik body mekanik yang akan diterapkan dalam kegiatan sehari-hari. Dikarenakan pada kehamilan sebelumnya Ny. S mengalami keluhan nyeri punggung pada kehamilan yang disebabkan oleh teregangnya ligament penopang karena pertumbuhan uterus yang membesar sejalan dengan perkembangan kehamilan serta posisi tubuh yang tidak baik dan Ny. S tidak mengetahui bagaimana mencegah nyeri punggung pada kehamilannya saat ini.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul pada kehamilan adalah nyeri punggung. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah nyeri punggung selama kehamilan adalah dengan metode body mekanik. Berdasarkan latar belakang maka penulis merumuskan masalah yaitu bagaimana asuhan kebidanan dengan edukasi body mekanik yang di berikan untuk mencegah rasa nyeri punggung pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk memberikan asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari berupa edukasi body mekanik di PMB Annisak Meisuri, S.ST. dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan SOAP dan Varney .

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.
- b. Melakukan interpretasi data dasar pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.

- c. Menyusun diagnosa kebidanan sesuai dengan prioritas di PMB Annisak Maesuri, S.ST.
- d. Mengidentifikasi dan menetapkan kebutuhan Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.
- e. Merencanakan asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.
- f. Melaksanakan asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.
- g. Melakukan evaluasi asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.
- h. Melakukan pendokumentasian asuhan kebidanan pada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari di PMB Annisak Meisuri, S.ST.

#### **D. Manfaat**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Menambah pengetahuan, wawasan dan referensi bagi perkembangan ilmu kebidanan dan juga bagi penulis dalam bidang asuhan kebidanan terhadap ibu hamil tentang tujuan body mekanik untuk pencegahan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

##### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi institusi pendidikan D III kebidanan Poltekkes Tanjungkarang  
Sebagai bahan bagi institusi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan upaya promotif, preventif terutama dalam meningkatkan kualitas kebidanan.
- b. Bagi PMB Annisak Meisuri, S.ST.  
Sebagai bahan masukan untuk dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen kebidanan pada kehamilan.

c. Bagi penulis lainnya

Sebagai bahan referensi bagi penulis lain dan diharapkan dapat menggali wawasan serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penatalaksanaan asuhan kebidanan sehingga dapat merencanakan dan melakukan asuhan secara berkelanjutan dan dapat memecahkan permasalahan serta mengevaluasikan hasil asuhan yang telah diberikan.

**E. Ruang Lingkup**

Sasaran asuhan kebidanan ini ditujukan kepada Ny. S G2P1A0 usia kehamilan 36 minggu 5 hari dengan mengedukasi teknik body mekanik guna mencegah nyeri punggung ibu hamil. Studi kasus ini dilakukan di PMB Annisak Maesuri, S.ST. Kalianda, Lampung Selatan dimulai dari tanggal 9 Februari 2020 sampai 23 Februari 2020.

