

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lama kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (Prawirohardjo,2013). 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).

Nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III terjadi karena perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung sehingga menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot. Prevalensi nyeri punggung bawah pada kehamilan dilaporkan bervariasi dari 50% di Inggris dan Skandinavia serta 70% di Australia. Berdasarkan laporan Profil Data Kesehatan Indonesia tahun 2015 terdapat 5.298.285 orang ibu hamil di Indonesia, di wilayah Provinsi Jawa Tengah jumlahnya ada 314.492 orang, di wilayah kota Semarang 53.734 orang ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah. Dari 50 ibu hamil trimester III yang ada di Puskesmas Pekkabata, ada 30 orang ibu hamil yang mengalami nyeri punggung

Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbosacral. Intensitasnya meningkat seiring pertambahan usia kehamilan karena terjadi pergeseran pusat gravitasi dan perubahan postur tubuh akibat berat uterus yang membesar. Nyeri punggung saat kehamilan disebabkan terjadinya perubahan struktur anatomis dan hormonal. Perubahan anatomis terjadi karena peran tulang belakang semakin berat, untuk menyeimbangkan tubuh dengan membesarnya uterus dan janin. Penyebab lainnya yaitu terjadi peningkatan

hormone relaksin yang menyebabkan ligament tulang belakang tidak stabil sehingga mudah menjepit pembuluh darah dan serabut syaraf (*American Pregnancy Organisation*, 2014).

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. Peningkatan ukuran payudara, yang akan menyebabkan payudara menjadi berat dan mengakibatkan nyeri punggung bagian atas (Varney. 2006).

Dengan adanya perubahan postur tubuh selama kehamilan dan redistribusi pemusatan gravitasi yang bergeser ke depan, serta pengaruh hormonal pada struktur ligamen, hal ini sering mengakibatkan lekukan pada tulang lumbal yang disertai pembulatan pada bahu serta dagu yang menggantung, ada kecenderungan bagi otot punggung untuk memendek jika otot. abdoment meregang sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan otot disekitar pelvis, dan tegangan tambahan dapat dirasakan diatas ligament tersebut. Akibatnya adalah nyeri punggung yang biasanya berasal dari sakroiliaka atau lumbal, dan dapat menjadi gangguan punggung jangka panjang jika keseimbangan otot dan stabilitas pelvis tidak dipulihkan setelah melahirkan.

Untuk mempertahankan postur tubuh ibu hamil terutama trimester III diperlukan suatu pengaturan yang disebut teknik body mekanik. Banyak tugas rumah tangga seperti menyetrika atau menyiapkan makanan yang dapat dilakukan dalam posisi duduk, bukan berdiri tetapi dilakukan dengan berdiri dalam 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 (Diane, M Fraser. 2009).

Berdasarkan praktik yang dilaksanakan di PMB Siti Jamila, SST kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan di bulan Februari 2019 terdapat 50 orang ibu hamil yang melakukan pemeriksaan rutin, 20 ibu hamil trimester I, 10 orang ibu hamil pada trimester II, dan 20 ibu hamil pada trimester III. Kemudian ditemukan 10 ibu hamil pada trimester III yang mengalami keluhan nyeri pada bagian punggung. Salah satu masalah nyeri punggung dialami oleh ibu hamil pada trimester III adalah pada Ny. P G₆P₅A₀ usia kehamilan 36 minggu 6 hari. Penulis tertarik mengangkat kasus teknik untuk mengurangi nyeri punggung dengan body mekanik terhadap Ny. P di PMB Siti Jamila, SST di Lampung Selatan.

B. Rumusan Masalah

Masih ditemukannya 50% ibu hamil trimester III yang mengalami keluhan nyeri punggung di PMB Siti Jamila, SST dan belum diketahui bagaimana mengurangi nyeri punggung pada trimester III yang terjadi pada Ny.P G₆P₅A₀ usia kehamilan 36 minggu 6 hari dengan menggunakan teknik body mekanik di PMB Siti Jamila, SST Kabupaten Lampung Selatan.

C. Tujuan Penyusunan LTA

1. Tujuan umum

Memberikan asuhan kebidanan pada Ny.P berupa penggunaan teknik body mekanik untuk mengurangi nyeri punggung di kehamilan trimester III.

2. Tujuan khusus

- a. Melaksanakan pengkajian data subjektif dan objektif yang terdiri dari identitas klien, anamnesa dan pemeriksaan fisik pada Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Siti Jamila di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019
- b. Menegakkan diagnosa masalah dan kebutuhan pada Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Siti Jamila di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019

- c. Mengidentifikasi masalah potensial pada Ny. P di PMB Siti Jamila dengan nyeri punggung di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019
- d. Mengevaluasi kebutuhan segera pada Ny. P di PMB Siti Jamila dengan nyeri punggung di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019
- e. Membuat rencana tindakan pada Ny. P di PMB Siti Jamila dengan nyeri punggung di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019
- f. Melaksanakan tindakan-tindakan pada Ny. P di PMB Siti Jamila dengan nyeri punggung di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019
- g. Mengevaluasi keefektifan hasil asuhan terhadap Ny. P di PMB Siti Jamila dengan nyeri punggung di Kecamatan Palas Lampung Selatan tahun 2019

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan, wawasan dan referensi bagi penulis dalam bidang *asuhan kebidanan* terhadap ibu hamil tentang tujuan Body Mekanik untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan DIII Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang

Sebagai bahan bagi institusi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan upaya promotif, preventif terutama dalam meningkatkan kualitas kebidanan.

b. Bagi PMB Siti Jamila

Sebagai bahan kajian terhadap materi Asuhan Kebidanan serta referensi bagi mahasiswa dalam memahami pelaksanaan Asuhan Kebidanan terhadap ibu hamil dengan perencanaan Body Mekanik untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, dapat mengaplikasikan materi yang telah diberikan dalam proses perkuliahan serta mampu memberikan asuhan kebidanan secara berkesinambungan yang bermutu dan berkualitas.

c. Bagi Penulis

Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan penulis dan 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 mengevaluasi hasil asuhan yang telah diberikan.

E. Ruang Lingkup

Sasaran asuhan kebidanan ini ditujukan kepada Ny.P dengan keluhan nyeri punggung dengan mengajarkan teknik body mekanik guna mengurangi nyeri punggung ibu hamil dengan menggunakan metode Varney dan SOAP. Tempat pelaksanaan di PMB Siti Jamila, SST dan di kediaman Ny.P di Desa Bangunan, Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan tahun 2019. Waktu yang di gunakan dalam pelaksanaan kegiatan Praktik Kebidanan Klinik II di laksanakan pada bulan Februari 2019 – Juli 2019.