

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

1) Konsep Dasar

a. Pengertian Kehamilan

Ibu hamil adalah seorang wanita yang sedang mengandung yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan adalah waktu transisi, yaitu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir (Ratnawati, 2020)

Menurut World Health Organization (WHO), kehamilan adalah proses selama sembilan bulan atau lebih dimana seseorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya. Kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional, jika dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi. Kehamilan terdiri dari 3 trimester, dimana trimester pertama berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 sampai ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 sampai ke-40).^{1,2} Kehamilan merupakan hal yang fisiologis, yang diikuti dengan adanya perubahan-perubahan terhadap tubuh perempuan yang kebanyakan akibat dari respon terhadap janin. Perubahan anatomi dan fisiologi tersebut terdiri dari perubahan pada sistem reproduksi (uterus, serviks, ovarium, vagina, perineum, dan payudara), kulit, perubahan metabolik, sistem kardiovaskuler, traktus digestivus, traktus urinarius, sistem endokrin, dan sistem muskuloskeletal.¹ Akibat dari perubahan tersebut, ibu hamil mengalami keluhan karena masa transisi yang memerlukan proses persiapan baik secara fisik maupun psikologis.

Kehamilan merupakan proses suatu kehidupan seorang wanita, banyak terjadi perubahan besar wanita itu sendiri, baik dari aspek fisik, mental dan sosialnya. Adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kehamilan yaitu : faktor fisik, faktor psikologi dan faktor lingkungan, sosial, budaya, serta ekonomi. Setiap faktor saling mempengaruhi,

karena saling terkait satu sama lain dan dapat merupakan suatu sebab dan akibat. (Gultom, 2020).

b. Anatomi dan fisiologis dalam kehamilan

Anatomi dan fisiologi dalam kehamilan Menurut Yulizawati (2017) anatomi dan fisiologi dalam kehamilan sebagai berikut:

a) Sistem reproduksi

1) Uterus

Selama kehamilan uterus akan beradaptasi untuk menerima dan melindungi hasil konsepsi (janin, plasenta, amnion) sampai persalinan. Pembesaran uterus meliputi peregangan dan penebalan sel-sel otot, sementara produksi miosit yang baru sangat terbatas. Bersamaan dengan hal itu terjadi akumulasi jaringan sel ikat dan elastic, terutama pada lapisan otot luar. Kerja sama tersebut akan meningkatkan kekuatan dinding uterus. Daerah korpus pada bulan-bulan pertama akan menebal, tetapi seiring dengan bertambahnya usia kehamilan akan menipis. Pada akhir kehamilan ketebalannya hanya berkisar 1,5 cm bahkan kurang. Pada awal kehamilan penebalan uterus distimulasi oleh hormone estrogen dan sedikit progesteron. Pada awal kehamilan tuba falopii, ovarium dan ligamentum rotundum berada sedikit dibawah apeks fundus, sementara pada akhir kehamilan akan berada sedikit di atas pertengahan uterus. Posisi plasenta juga akan mempengaruhi penebalan sel-sel otot uterus, dimana bagian uterus yang mengelilingi tempat implantasi plasenta akan bertambah besar lebih cepat sehingga membuat uterus tidak rata. Seiring dengan perkembangan kehamilannya. Daerah fundus dan korpus akan membulat dan akan menjadi bentuk seperti pada usia kehamilan 12 minggu. Pada akhir kehamilan 12 minggu uterus akan terlalu besar dalam rongga pelvis dan seiring perkembangannya, uterus akan menyentuh dinding abdominal, mendorong usus kesamping atas, terus tumbuh hingga hampir menyentuh hati. Pada akhir kehamilan otot-otot uterus bagian atas akan berkontraksi sehingga segmen bawah uterus akan melebar dan menipis.

2) Serviks

Setelah satu bulan kondisi serviks akan menjadi lebih lunak dan kebiruan. Perubahan ini terjadi akibat penambahan vaskularisasi dan terjadi edema pada seluruh serviks, bersamaan dengan terjadinya hipertrofi dan hyperplasia pada kelenjar serviks. Serviks merupakan organ yang kompleks dan heterogen yang mengalami perubahan yang luar biasa selama kehamilan dan persalinan. Bersifat seperti katup yang bertanggung jawab menjaga janin dalam uterus sampai akhir kehamilan dan selama persalinan. Serviks didominasi oleh jaringan ikat fibrosa. Komposisinya berupa jaringan matriks ekstraseluler terutama mengandung kolagen dengan elastin dan proteoglikan dan bagian sel yang mengandung otot dan fibroblast, epitel serta pembuluh darah.

3) Ovarium

Proses ovulasi selama kehamilan akan terhenti dan pematangan folikel baru juga tertunda. Folikel ini akan berfungsi maksimal selama 6-7 minggu awal kehamilan dan setelah itu akan berperan sebagai penghasil progesterone dalam jumlah yang relative minimal.

4) Vagina dan perineum

Selama kehamilan peningkatan vaskularisasi dan hyperemia terlihat jelas pada kulit dan otot-otot diperineum dan vulva, sehingga vagina akan terlihat berwarna keunguan. Perubahan ini meliputi lapisan mukosa dan hilangnya sejumlah jaringan ikat dan hipertrofi pada sel-sel otot polos. Dinding vagina mengalami banyak perubahan yang merupakan persiapan untuk mengalami peregangan pada saat persalinan dengan meningkatnya ketebalan mukosa, mengendornya jaringan ikat, dan hipertrofi sel otot polos.

b) Sistem kardiovaskuler

Pada minggu ke-5 cardiac output akan meningkat dan perubahan ini terjadi untuk mengurangi resistensi vaskular sistemik. Selain itu, juga terjadi peningkatan denyut jantung. Antara minggu ke-10 dan 20 terjadi peningkatan volume plasma. Performa ventrikel selama kehamilan dipengaruhi oleh penurunan resistensi vascular sistemik dan perubahan pada aliran pulsasi arterial. Ventrikel kiri akan mengalami hipertrofi dan

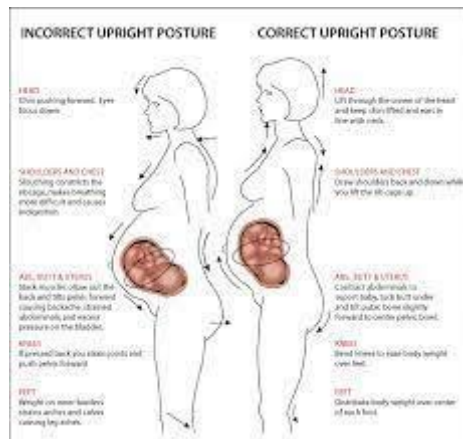
dilatasi untuk memfasilitasi perubahan cardiac output, tetapi kontraktilitasnya tidak berubah. Sejak pertengahan kehamilan pembesaran uterus akan menekan vena kava inferior dan aorta bawah ketika berada dalam posisi terlentang, sehingga mengurangi aliran balik ke jantung. Akibatnya, terjadi penurunan preload dan cardiac output sehingga akan menyebabkan terjadinya hipotensi arterial yang dikenal dengan sindrom hipotensi supine dan pada keadaan yang cukup berat akan mengakibatkan ibu kehilangan kesadaran. Eritropoetin ginjal akan meningkatkan jumlah sel darah merah sebanyak 20%-30%, tetapi tidak sebanding dengan peningkatan plasma darah hingga mengakibatkan hemodelusi dan penurunan kadar hemoglobin mencapai 11 g/dL. c) Sistem muskuloskeletal

Bentuk tubuh ibu hamil berubah secara bertahap menyesuaikan penambahan berat ibu hamil dan semakin besarnya janin, menyebabkan postur dan cara berjalan ibu hamil berubah.



Gambar 2.1 Postur tubuh perempuan tidak hamil.

Sumber: *wikiHow*

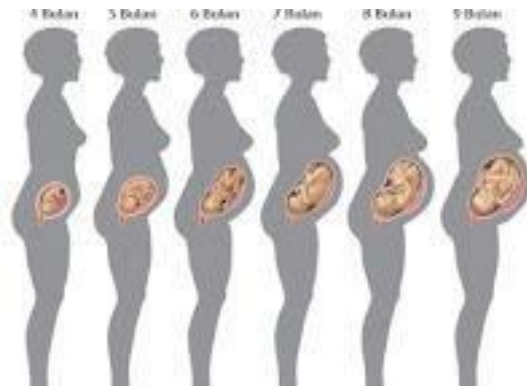


Gambar 2.2 (a). Postur tubuh perempuan hamil yang Salah (b). Postur tubuh perempuan hamil yang benar

Sumber: *Good Doctor*.

Pada Gambar 3 postur ibu hamil hiperlordosis sehingga menyebabkan rasa cepat lelah dan sakit pada punggung. Postur tubuh hiperlordosis dapat terjadi karena ibu hamil memakai alas kaki terlalu tinggi sehingga memaksa tubuh untuk menyesuaikan maka sebaiknya ibu hamil supaya memakai alas kaki yang tipis dan tidak licin, selain untuk kenyamanan juga mencegah terjadi kecelakaan atau jatuh terpeleset.

Peningkatan hormon seks steroid yang bersirkulasi mengakibatkan terjadinya jaringan ikat dan jaringan kolagen mengalami perlemukan dan elastisitas berlebihan sehingga mobilitas sendi panggul mengalami peningkatan dan relaksasi. Derajat relaksasi bervariasi, simfisis pubis merenggang 4 mm, tulang pubik melunak seperti tulang sendi, sambungan sendi sacrococcygis mengendur membuat tulang coccygis bergeser kebelakang untuk persiapan persalinan. Otot dinding perut meregang menyebabkan tonus otot berkurang. Pada kehamilan trimester III otot rektus abdominis memisah mengakibatkan isi perut menonjol di garis tengah tubuh, umbilikalis menjadi lebih datar atau menonjol. Setelah melahirkan tonus otot secara bertahap kembali tetapi pemisahan otot rekti abdominalis tetap. Di bawah ini gambar perubahan yang mungkin timbul pada otot rektus abdominalis selama kehamilan.



Gambar 2.3 Postur Ibu Hamil 4-9 Bulan Kehamilan

Sumber: *Medkes*.

c. Pemenuhan Kebutuhan Fisik Ibu Hamil

Ibu hamil mengalami perubahan-perubahan pada dirinya baik secara fisik maupun psikologis. Dengan terjadinya perubahan tersebut maka tubuh mempunyai kebutuhan khusus yang harus dipenuhi. Kebutuhan fisik ibu hamil yang harus dipenuhi tidak sama dengan ketika sebelum hamil, karena ibu hamil harus memenuhi untuk pertumbuhan janin, plasenta maupun dirinya sendiri.

A. Kebutuhan Oksigen

Pada kehamilan terjadi perubahan pada sistem respirasi untuk dapat memenuhi kebutuhan O₂, di samping itu terjadi desakan diafragma karena dorongan rahim yang membesar. Sebagai kompensasi terjadinya desakan rahim dan kebutuhan O₂ yang meningkat, ibu hamil akan bernafas lebih dalam. Hal ini akan berhubungan dengan meningkatnya aktifitas paru-paru oleh karena selain untuk mencukupi kebutuhan O₂ ibu, juga harus mencukupi kebutuhan O₂ janin. Ibu hamil kadang-kadang merasakan sakit kepala, pusing ketika berada di keramaian misalnya di pasar, hal ini disebabkan karena kekurangan O₂. Untuk menghindari kejadian tersebut hendaknya ibu hamil menghindari tempat kerumunan banyak orang. Untuk memenuhi kecukupan O₂ yang meningkat, supaya melakukan jalan-jalan dipagi hari, duduk-duduk di bawah pohon yang rindang, berada di ruang yang ventilasinya cukup.

B. Kebutuhan Nutrisi

Untuk mengakomodasi perubahan yang terjadi selama masa hamil, banyak diperlukan zat gizi dalam jumlah yang lebih besar dari pada sebelum hamil. Pada ibu hamil akan mengalami BB bertambah, penambahan BB bisa diukur dari IMT (Indeks Masa Tubuh) / BMI (Body Mass Index) sebelum hamil. IMT dihitung dengan cara BB sebelum hamil dalam kg dibagi (TB dlm m)² misalnya : seorang perempuan hamil BB sebelum hamil 50 kg, TB 150 cm maka $IMT = \frac{50}{(1,5)^2} = 22,22$ (termasuk normal).

Tabel 2.1 *Kenaikan BB wanita hamil berdasarkan BMI atau IMT sebelum hamil*

Kategori BMI	Rentang Kenaikan BB yang dianjurkan
Rendah (BMI <19,8)	12,5 - 18 kg
Normal (BMI 19,8 - 26)	11,5 - 16 kg
Tinggi (BMI > 26 - 29)	7 - 11,5 kg
Obesitas (BMI > 29)	< 6 kg

Helen Varney, Buku Saku Bidan, Ilmu Kebidanan

Untuk memenuhi penambahan BB tadi maka kebutuhan zat gizi harus dipenuhi melalui makanan sehari-hari dengan menu seimbang seperti contoh dibawah ini.

Tabel 2.2 *Kebutuhan makanan sehari-hari ibu tidak hamil, ibu hamil dan ibu menyusui.*

Nutrien	Tak hamil	Kondisi ibu hamil	
		Hamil	Menyusui
Kalori	2.000	2300	3000
Protein	55 g	65 g	80 g
Kalsium (Ca)	0,5 g	1 g	1 g
Zat besi (Fe)	12 g	17 g	17 g
Vitamin A	5000 IU	6000 IU	7000 IU
Vitamin D	400 IU	600 IU	800 IU
Tiamin	0,8 mg	1mg	1,2 mg
Riboflavin	1,2 mg	13 mg	1,5 mg
Niasin	13 mg	15 mg	18 mg
Vitamin C	60 mg	90 m	90 mg

Tyastuti, S., Wahyuningsih, H. P., SiT, S., Keb, M., Wahyuningsih, H. P., SiT, S., & Keb, M. (2016). Asuhan kebidanan kehamilan.

Kenaikan BB yang berlebihan atau BB turun setelah kehamilan triwulan kedua harus menjadi perhatian, besar kemungkinan ada hal yang tidak wajar sehingga sangat penting untuk segera memeriksakan ke dokter.

Kebersihan badan mengurangi kemungkinan infeksi, karena badan yang kotor banyak mengandung kuman. Pada ibu hamil karena bertambahnya aktifitas metabolisme tubuh maka ibu hamil cenderung menghasilkan keringat yang berlebih, sehingga perlu menjaga kebersihan badan secara ekstra disamping itu menjaga kebersihan badan juga dapat untuk mendapatkan rasa nyaman bagi tubuh.

d. Tanda Bahaya Kehamilan

Tanda-tanda bahaya kehamilan adalah tanda-tanda yang mengindikasikan adanya bahaya yang dapat terjadi selama kehamilan atau periode antenatal, yang apabila tidak terdeteksi bisa menyebabkan kematian ibu (Prawirohardjo, 2010).

Menurut Rashad dan Essa (2014) tindakan yang tepat dapat menghindarkan ibu hamil dari penyebab kematian maternal yang dapat dicegah. Tindakan dalam bentuk perawatan kehamilan yang dapat dilakukan dapat berupa antenatal care, menjaga kebersihan diri, memenuhi kebutuhan nutrisi, melakukan aktivitas fisik dan aktivitas seksual sewajarnya, tidur dan istirahat yang cukup, dan lain sebagainya (Bobak dkk, 2015; Pillitteri, 2015).

Macam-macam tanda bahaya kehamilan diantaranya: perdarahan per vaginam, sakit kepala yang hebat, masalah penglihatan, bengkak pada muka dan tangan, nyeri perut yang hebat, gerakan janin berkurang atau menghilang, demam, mual muntah yang berlebihan, keluar cairan banyak per vaginam secara tiba-tiba (keluar air ketuban sebelum waktunya). Tanda-tanda bahaya kehamilan ini telah tercantum dalam Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Ibu hamil yang mengalami tanda-tanda bahaya kehamilan harus segera menemui tenaga kesehatan agar mendapat penanganan kegawatdaruratan dan segera dirujuk ke rumah sakit untuk penanganan lebih lanjut (Prawirohardjo, 2010).

Kematian ibu dan bayi dapat dikurangi dengan perawatan kehamilan yang baik. Perbaikan pendidikan, sosial, budaya, dan ekonomi dapat mengatasi 64% penyebab kematian ibu, dan peningkatan penanganan klinis dapat mengatasi 36% kematian ibu. Solusi dari masalah ini adalah bahwa setiap ibu hamil harus diberikan penyuluhan tentang tanda-tanda bahaya kehamilan dan diminta untuk segera menghubungi dokter jika mengalami salah satu atau lebih dari tanda-tanda tersebut. Ini juga akan menurunkan kegawatdaruratan obstetri sebesar 48% dan pengetahuan masyarakat tentang kehamilan sebesar 52% (Ika Fitria Elmeida, 2023).

e. Kehamilan Trimester III

Kehamilan trimester ketiga berlangsung dari minggu ke 28 sampai 40. Ada banyak tantangan fisik dan emosional yang mesti ibu hamil hadapi pada trimester ketiga ini. Pada kehamilan trimester ketiga, perkembangan bayi dianggap sudah cukup matang di minggu ke-37 dan hanya menunggu waktu lahir.

Trimester 3 adalah akhir dari masa kehamilan yang cukup menantang bagi fisik dan emosional ibu. Ada pula berbagai perubahan yang terjadi pada tubuh ibu dan janin.

Pada trimester III ibu sering mengalami ketidaknyamanan walaupun fisiologis salah satunya yaitu nyeri punggung. Ada pula beberapa penyebab sakit punggung saat hamil, yaitu :

- 1) Perubahan Hormon
- 2) Pertumbuhan Berat Badan
- 3) Pertumbuhan Bayi
- 4) Perubahan Postur Tubuh
- 5) Jarang Berolahraga

e. Penyebab Nyeri Punggung

Secara umum, nyeri punggung yang terjadi pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu perubahan postur tubuh selama kehamilan, hal ini sejalan dengan bertambahnya berat badan secara bertahap selama kehamilan dan redistribusi pemusatan pengaruh hormonal pada struktur ligamen pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan jika dikombinasikan dengan peregangan otot abdomen yang lemah, hal ini sering mengakibatkan lekukan pada tulang lumbal yang disertai pembulatan pada bahu serta dagu yang menggantung Akibatnya adalah nyeri punggung yang biasanya berasal dari sakroiliaka atau lumbal dapat menjadi gangguan punggung jangka panjang. Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbosakral. Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring dengan pertambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat pergeseran pusat gravitasi dan perubahan postur tubuhnya. Perubahan ini disebabkan oleh berat uterus yang membesar, membungkuk yang

berlebihan, berjalan tanpa istirahat, dan angkat beban. Gejala nyeri punggung ini juga disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron yang mengendurkan sendi, ikatan tulang dan otot dipinggul. Selain zat yang mampu merangsang kepekaan nyeri, tubuh juga memiliki zat yang mampu menghambat (inhibitor) nyeri yaitu endorfin dan enkefalin yang mampu meredakan nyeri.

Nyeri punggung dapat terjadi pada kehamilan trimester ketiga karena janin yang tumbuh semakin besar dapat menyebabkan masalah postur tubuh akibat berpindahnya titik keseimbangan pada tubuh ibu, dan saat mendekati akhir masa kehamilan posisi bayi dapat menekan syaraf yang berada di sekitar punggung bawah ibu. Beberapa hormone kehamilan menyebabkan ligamen yang berada di antara tulang pelvis (panggul) melunak dan sendi melonggar sebagai persiapan untuk melahirkan.

Nyeri punggung yang segera tidak diatasi, bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca partum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan, yaitu ketika nyeri sampai menyebar ke daerah pelvis yang menyebabkan kesulitan berjalan sehingga memerlukan kruk ataupun alat bantu jalan lainnya. Nyeri punggung bawah dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup ibu hamil karena terganggunya aktifitas fisik sehari-hari misalnya akan kesulitan menjalankan aktivitas seperti berdiri setelah duduk, berpindah dari tempat tidur, duduk terlalu lama, berdiri terlalu lama, membuka baju dan melepaskan baju, maupun mengangkat dan memindahkan benda-benda sekitar. (Suryanti et al., 2021). Gangguan atau masalah yang dihadapi masa kehamilan dengan munculnya perubahan yang bersifat fisiologis seperti peningkatan kadar progesteron dan prolaktin, peningkatan berat badan, gerakan janin, mual-muntah dan distensi kandung kemih yang berpotensi menyebabkan beberapagangguan tidur wanita hamil. Selain itu, pada wanita hamil juga sering terjadinyeri punggung yang juga dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Prevalensi nyeri punggung bawah pada wanita hamil hampir terjadi diantara 24% sampai 90% wanita hamil. Bahkan, sekitar 20% wanita hamil mengalami nyeri

panggul selama kehamilan yang akan mengganggu kualitas tidur ibu hamil (Yuliania et al., 2021).

Nyeri punggung dapat di atasi dengan terapi farmakologi maupun non farmakologis. Pemberian analgetik seperti paracetamol, NSAID, dan ibuprofen termasuk penatalaksanaan nyeri secara farmakologis, sedangkan penatalaksanaan non-farmakologis meliputi manual terapi seperti pijat dan latihan mobilisasi, akupuntur, relaksasi dan terapi air hangat. (Yuspina et al., 2018). g. Pengkajian Terhadap Nyeri

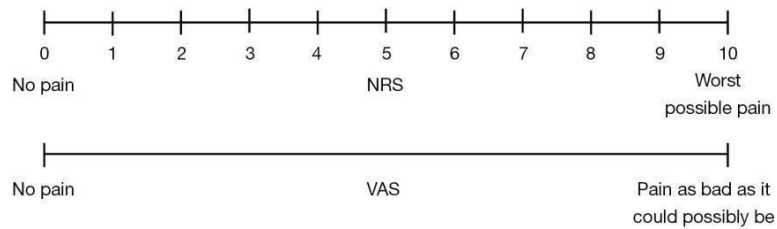
Tidak ada cara yang tepat dalam menjelaskan seberapa berat seseorang merasakan nyeri. Namun, individu yang mengalami nyeri dapat menggambarkan nyeri yang dialaminya dan merupakan sumber informasi terbaik dalam menjelaskan nyeri yang rasakannya. Untuk dapat mengetahui intensitas nyeri seseorang, minta individu membuat tingkatan nyeri pada skala verbal (tidak nyeri, sedikit nyeri, nyeri sedang, nyeri berat, nyeri hebat atau sangat nyeri) atau dengan menggunakan skala nyeri 1-10, yang bermakna 0 = tidak nyeri dan 10 = nyeri sangat hebat (Yuliatun, 2008; 32).

Karakteristik nyeri dapat di ukur berdasarkan lokasi nyeri, durasi nyeri (menit, jam, hari, bulan, atau tahun), irama atau periodenya (terus menerus, hilang timbul, maupun berkurang atau bertambah intensitasnya), dan kualitas nyeri (nyeri seperti ditusuk, terbakar, ataupun di seperti di tindih) (Yuliatun, 2008; 32).

h. Skala Pengukuran Intensitas Nyeri

Karakteristik yang paling subyektif pada nyeri adalah tingkat keparahan atau intensitas nyeri tersebut. Intensitas nyeri persalinan dapat ditentukan dengan cara menanyakan tingkatan intensitas pada skala nyeri. Hal ini dilakukan jika ibu tidak dapat menggambarkan skala nyeri, skala nyeri yang dapat di gunakan diantaranya skala

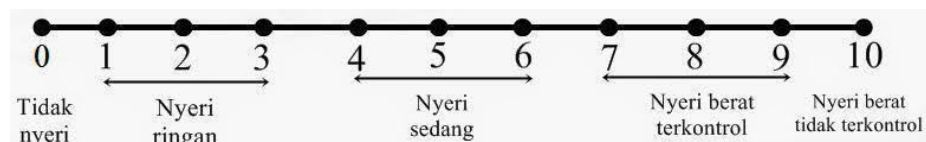
Numerik (0-10), skala deskriptif yang menggambarkan intensitas nyeri mulai dari tidak nyeri sampai nyeri yang tidak tertahankan, skala nyeri dengan gambar kartun profil wajah, dan sebagainya (Judha, 2015; 78).



Gambar 2.4 Skala Numerik

Sumber Mubarak, wahit iqbal (2015) *ilmu keperawatan dasar*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika

Skala deskriptif merupakan alat pengukuran tingkat keparahan yang lebih obyektif. Salah satu cara pengukuran nyeri dapat dengan menggunakan skala Analog Visual (VAS). VAS merupakan pengukuran tingkat nyeri yang lebih sensitive karena pasien dapat mengidentifikasi setiap titik pada rangkaian angka yang menurut mereka paling tepat dapat menjelaskan tingkat nyeri yang dirasakan pada satu waktu. VAS terdiri dari sebuah garis lurus yang dibagi secara merata menjadi 10 segmen dengan angka 0 sampai 10 dan memiliki alat pendeskripsi verbal pada setiap ujungnya. Dimana 0 menyatakan tidak nyeri sama sekali dan 10 menyatakan nyeri paling parah yang klien dapat bayangkan. Skala ini memberikan kebebasan kepada pasien untuk mengidentifikasi keparahan pasien (Uliyah, 2015; 128).

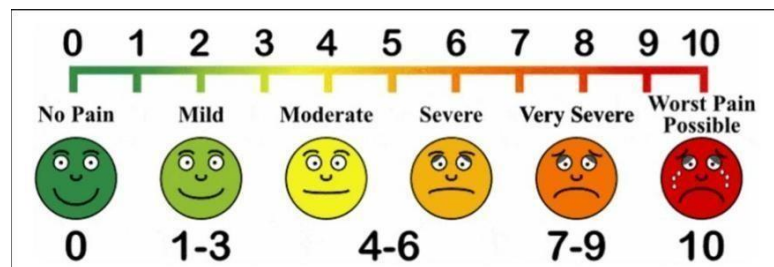


Gambar 2.5 Skala Analog Visual (VAS)

Sumber Mubarak, wahit iqbal (2015) *ilmu keperawatan dasar*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika

Skala Wong-Bakers merupakan skala Analog Visual yang di modifikasi dengan kontinum wajah yang terdiri atas enam wajah dengan profil kartun yang menggambarkan wajah dari yang sedang tersenyum (tidak merasakan nyeri), kemudian kurang bahagia, wajah yang sangat sedih, wajah yang sangat ketakutan (sangat nyeri) (Uliyah, 2015; 128).

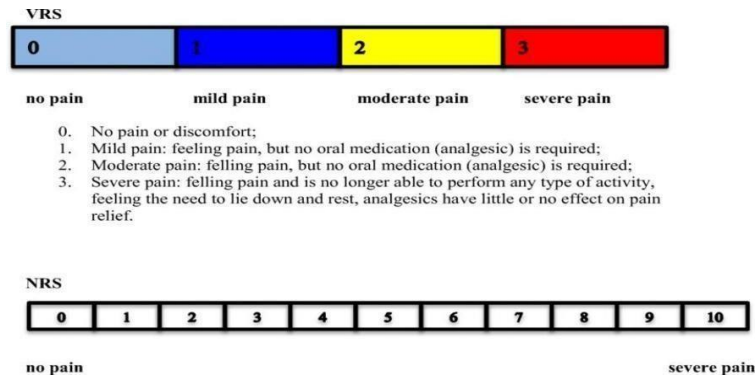
Selain VAS dan Skala Wajah Wong-Baker, skala pengukur nyeri lainnya seperti skala deskripsi intensitas nyeri sederhana, skala intensitas nyeri numerik, skala nyeri dengan observasi perilaku, skala peringkat intensitas nyeri, dan skala peringkat nyeri secara verbal juga numerik (Yuliatun, 2008; 35-38).



Gambar 2.6 Skala Wajah Wong-Baker

Sumber Mubarak, wahit iqbal (2015) ilmu keperawatan dasar. Jakarta: Penerbit Salemba Medika

Skala pendeskripsi Verbal Deskriptor Scale (VDS) merupakan sebuah garis yang terdiri dari 3-5 kata. Pendeskripsi ini dirangking mulai dari “tidak terasa nyeri” sampai “nyeri yang tidak tertahankan”. Alat VDS ini memungkinkan klien untuk mendeskripsi nyeri. Skala penilaian numerik (Numerical Rating Scale, NRS) lebih digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsi kata. Dalam hal ini klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10. Intensitas nyeri rata-rata ibu bersalin kala I fase aktif digambarkan dengan skala VAS sebesar 6-7 sejajar dengan skala deskriptif yaitu dengan intensitas berat (Potter and Perry, 2005 & Judha, 2005; 78).



Gambar 2.7 Verbal Deskriptor Scale (VDS)

Sumber *Mubarak, wahit iqbal (2015) ilmu keperawatan dasar*.Jakarta: Penerbit Salemba Medika

i. Manajemen Pelaksanaan Nyeri

1) Manajemen Non Farmakologi

Manajemen nyeri non farmakologi merupakan strategi penyembuhan rasa nyeri tanpa menggunakan obat-obatan tetapi lebih kepada perilaku caring.

2) Manajemen Farmakologi

Manajemen nyeri farmakologi merupakan upaya atau strategi penyembuhan nyeri menggunakan obat-obatan anti nyeri

a) Konsep Dasar Pijat

1) Definisi Terapi Pijat

Terapi komplementer adalah cara penanggulangan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung kepada pengobatan medis konvensional atau sebagai pengobatan pilihan lain diluar pengobatan medis yang konvensional. Salah satu yang termasuk terapi komplementer yaitu terapi pijat. (Purwanto, 2013)

Terapi pijat adalah teknik penyembuhan yang diterapkan dalam bentuk sentuhan langsung dengan tubuh penderita untuk menghasilkan relaksasi. (Purwanto, 2013). Terapi pijat merupakan salah satu terapi

komplementer dengan melakukan penekanan pada titik tubuh menggunakan tangan atau benda lain seperti kayu. (Musiana, dkk, 2015).

Jadi dapat disimpulkan bahwa terapi pijat adalah suatu metode terapi komplementer dalam bentuk sentuhan langsung dengan melakukan penekanan menggunakan tangan.

2) Manfaat Terapi Pijat

Menurut Pamungkas (2010) selain dapat memperlancar sirkulasi darah di dalam tubuh, pijat juga bermanfaat untuk :

- a) Menjaga kesehatan agar tetap prima.
- b) Membantu mengurangi rasa sakit dan kelelahan.
- c) Merangsang produksi hormone endorphin yang berfungsi untuk relaksasi.
- d) Mengurangi beban yang ditimbulkan akibat stress.
- e) Menyingkirkan toksin.
- f) Mengembalikan keseimbangan kimiawi tubuh dan meningkatkan imunitas.
- g) Memperbaiki keseimbangan potensi elektrik dari berbagai bagian tubuh dengan memperbaiki kondisi zona yang berhubungan.
- h) Menyehatkan dan menyeimbangkan kerja organ tubuh.
- i) Melancarkan sirkulasi darah dibagian perifer.

Selain itu manfaat terapi pijat diantaranya untuk meningkatkan kelenturan otot, membawa pengaruh terhadap jaringan otot yang lebih dalam. Selama melakukan pijat, tubuh akan mengeluarkan zat kimia, meningkatkan serotonin dan dopamine, serta pada saat yang bersamaan mengurangi gejala depresi. Selain itu, pijat juga dapat menstabilkan kadar gula dalam darah, memperbaiki fungsi pernafasan, memperbaiki system imun dalam tubuh serta meningkatkan sirkulasi/peredaran darah pada area yang dipijat (Putri & Amalia, 2019).

3) Massage Effleurage

a. Definisi

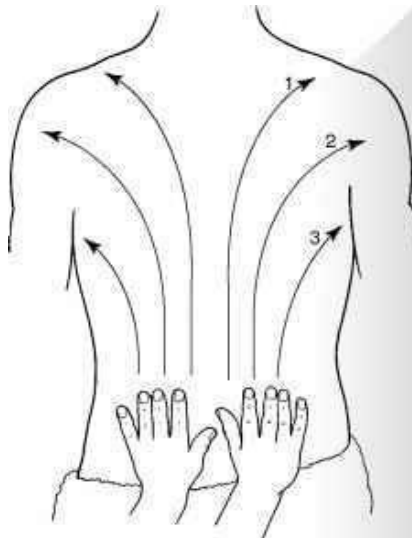
Massage adalah suatu istilah yang digunakan untuk menunjukkan manipulasi tertentu dari jaringan lunak tubuh. Manipulasi tersebut

sebagian besar efektif dibentuk dengan tangan diatur guna tujuan untuk mempengaruhi saraf, otot, sistem pernapasan, peredaran darah dan limphe yang bersifat setempat dan menyeluruh (Alimah, 2012).

Massage merupakan salah satu manajemen nyeri non farmakologi untuk membuat tubuh menjadi rileks, bermanfaat mengurangi rasa sakit atau nyeri, menentramkan diri, relaksasi, menenangkan saraf dan menurunkan tekanan darah (Maryunani, 2010).

b. Teknik Massage Effleurage

Massage Effleurage adalah teknik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi. Effleurage merupakan manipulasi gosokan yang halus dengan tekanan relatif ringan sampai kuat, gosokan ini mempergunakan seluruh permukaan tangan satu atau permukaan kedua belah tangan, sentuhan yang sempurna dan arah gosokan selalu menuju ke jantung atau searah dengan jalannya aliran pembuluh darah balik, maka mempunyai pengaruh terhadap peredaran darah atau membantu mengalirnya pembuluh darah balik kembali ke jantung karena adanya tekanan dan dorongan gosokan tersebut. Effleurage adalah suatu pergerakan stroking dalam atau dangkal, effleurage pada umumnya digunakan untuk membantu pengembalian kandungan getah bening dan pembuluh darah di dalam ekstremitas tersebut. Effleurage juga digunakan untuk memeriksa dan mengevaluasi area nyeri dan ketidakteraturan jaringan lunak atau peregangan kelompok otot yang spesifik (Alimah, 2012).



Gambar 2.8 Teknik Massage Effleurage

Sumber *doctorable.us*

c. Efek Massage Effleurage

Menurut Wijanarko dan Riyadi (2010), ada beberapa efek masase yaitu:

1. Efek terhadap peredaran darah dan limphe

Massage effleurage menimbulkan efek memperlancar peredaran darah. Manipulasi yang dikerjakan dengan gerakan atau menuju kearah jantung, secara mekanis akan membantu mendorong pengaliran darah dalam pembuluh vena menuju ke jantung. Massage juga membantu pengaliran cairan limphe menjadi lebih cepat, ini berarti membantu penyerapan sisa-sisa pembakaran yang tidak digunakan lagi.

2. Efek terhadap otot

Massage effleurage memberikan efek memperlancar proses penyerapan sisa-sisa pembakaran yang berada di dalam jaringan otot yang dapat menimbulkan kelelahan. Dengan manipulasi yang memberikan penekanan kepada jaringan otot maka darah yang ada di dalam jaringan otot, yang mengandung zat-zat sisa pembakaran yang tidak diperlukan lagi terlepas keluar dari jaringan otot dan masuk kedalam pembuluh vena. Kemudian saat penekanan kendor maka darah yang mengandung bahan bakar baru mengalirkan bahan tersebut ke jaringan, sehingga kelelahan dapat dikurangi. Selain itu massage juga memberi efek bagi otot yang mengalami ketegangan atau pemendekan

karena massage pada otot berfungsi mendorong keluarnya sisa-sisa metabolisme, merangsang saraf secara halus dan lembut agar mengurangi atau melemahkan rangsang yang berlebihan pada saraf yang dapat menimbulkan ketegangan.

3. Efek massage terhadap kulit

Massage effleurage memberikan efek melonggarkan pelekatan dan menghilangkan penebalan-penebalan kecil yang terjadi pada jaringan di bawah kulit, dengan demikian memperbaiki penyerapan.

4. Efek massage terhadap saraf

Sistem saraf perifer adalah bagian dari sistem saraf yang di dalam sarafnya terdiri dari sel-sel saraf motorik yang terletak di luar otak dan susmsum tulang belakang. Sel-sel sistem saraf sensorik mengirimkan informasi ke sistem saraf pusat dari organorgan internal atau dari rangsangan eksternal. Sel sistem saraf motorik tersebut membawa informasi dari sistem saraf pusat (SSP) ke organ, otot, dan kelenjar. Sistem saraf perifer dibagi menjadi dua cabang yaitu sistem saraf somatik dan sistem saraf otonom. Sistem saraf somatic terutama merupakan sistem saraf motorik, yang semua sistem saraf ke otot, sedangkan sistem saraf otonom adalah sistem saraf yang mewakili persarafan motorik dari otot polos, otot jantung dan sel-sel kelenjar. Sistem otonom ini terdiri dari dua komponen fisiologis dan anatomis yang berbeda, yang saling bertentangan yaitu sistem saraf simpatik dan parasimpatik, dapat melancarkan sistem saraf dan meningkatkan kinerja saraf sehingga tubuh dapat lebih baik.

5. Efek massage terhadap respon nyeri

Menurut Alimul (2009), prosedur tindakan massage dengan Teknik effleurage efektif dilakukan 10 menit untuk mengurangi nyeri. Stimulasi massage effleurage dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami dan merangsang serat saraf yang menutup gerbang sinap, sehingga transmisi impuls nyeri ke medulla spinalis dan otak dihambat. Selain itu teori gate control mengatakan bahwa massage effleurage mengaktifkan transmisi serabut

saraf sensori A – beta yang lebih besar dan lebih cepat. Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut dan delta A berdiameter kecil (Fatmawati, 2017).

Sejauh ini massage effleurage telah banyak digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan. Massage effleurage dapat mengurangi nyeri selama 10-15 menit. Massage effleurage membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman selama persalinan, lebih bebas dari rasa sakit, seperti penelitian Fatmawati (2017), dengan judul efektifitas massage effleurage terhadap pengurangan sensasi rasa nyeri persalinan pada ibu primipara, dalam penelitian ini di dapatkan hasil bahwa nyeri persalinan sebelum massage effleurage nyeri sedang sedangkan setelah massage effleurage menjadi nyeri ringan, hal ini berarti massage Effleurage efektif terhadap pengurangan sensasi rasa nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin primipara.

d) Indikasi massage effleurage

Menurut (Alimah, 2012) indikasi dari massage effleurage adalah sebagai berikut:

- 1) Kelelahan yang sangat
- 2) Otot kaku, lengket, tebal dan nyeri
- 3) Gangguan atau ketegangan saraf
- 4) Kelayuhan atau kelemahan otot

e) Kontraindikasi dari massage effleurage adalah sebagai berikut (Alimah, 2012):

1. Cidera yang bersifat akut
2. Demam
3. Edema
4. Penyakit kulit
5. Pengapuran pembuluh darah arteri
6. Luka bakar
7. Patah tulang (fraktur)

4) Bunga Kenanga

Bunga kenanga mengandung berbagai nutrisi, salah satunya Linalool. Manfaatnya mulai dari meredakan cemas dan depresi, hingga merawat kulit kepala kering.

Bunga kenanga berasal dari pohon kenanga atau *Cananga odorata*. Tanaman ini tumbuh subur pada negara Asia, salah satunya Indonesia. Banyak orang telah memanfaatkan bunganya sebagai bahan baku pembuatan parfum.

Sedangkan manfaatnya untuk kesehatan berasal dari kandungan minyak esensial dan senyawa aktif. Kegunaannya mulai dari meredakan depresi, kecemasan, meningkatkan suasana hati, hingga mengatasi infeksi jamur.



Gambar 2.9 Bunga Kenanga
(Sumber *health.com*)

a) Manfaat Bunga Kenanga

Kandungan utama dalam tanaman herbal ini adalah minyak esensialnya. Ini termasuk Linalool, Geranyl acetate, Germacrene-D, beta-Caryophyllene, Benzyl acetate, Geraniol, Methyl p-Cresol, Methyl benzoate, Geranyl acetate, Farnesene, dan Benzyl benzoate.

Setiap kandungan yang ada pada tanaman tersebut memiliki manfaat yang berbeda. Misalnya, Linalool bekerja seperti obat penenang, antiinflamasi, anticemas, analgesik, dan antidepresan. Sementara itu, senyawa Geranyl acetate bekerja sebagai antijamur, antimikroba, dan antiinflamasi.

Bunga ini sudah populer sejak lama sebagai minyak esensial beraroma manis. Selain itu, masyarakat sering menggunakan tanaman ini untuk perawatan kulit. Manfaat lain dari bunga kenanga yang bisa kamu dapatkan untuk kesehatan, termasuk:

1. Bunga kenanga sebagai afrodisiak

Kenanga merupakan salah satu jenis bahan afrodisiak atau peningkat libido yang kerap digunakan dalam industri parfum. Aroma yang kuat bisa menarik perhatian dari lawan jenis dan berujung pada peningkatan gairah seksual.

2. Meredakan stres dan depresi

Studi dalam *Phytotherapy Research* menyebutkan, minyak bunga kenanga menyebabkan penurunan tekanan darah dan peningkatan suhu kulit. Pada tingkat perilaku, seseorang menjadi lebih tenang dan lebih santai. Temuan ini mewakili efek relaksasi dari minyak kenanga serta memberikan beberapa bukti penggunaan minyak dalam aromaterapi. Contohnya seperti meredakan depresi dan stres pada manusia. Selain itu, bunga kenanga juga bisa membantu meredakan cemas. Informasi lengkap tentang manfaat ini bisa kamu baca melalui artikel [Benarkah Kembang Kenanga Bisa Hilangkan Cemas? Ini Faktanya](#).

3. Bunga kenanga sebagai antiseptik

Minyak kenanga juga efektif sebagai antiseptik. Cara kerjanya dengan melindungi luka dari infeksi bakteri dan melawan infeksi virus serta jamur. Selain itu, secara luas minyak kenanga juga dapat membantu proses penyembuhan luka dan memar pada kulit.

4. Membantu meningkatkan kualitas tidur

Bunga kenanga memiliki efek relaksasi sehingga dapat membantu mengatasi masalah insomnia. Ini berkat sifat sedatif dalam tanaman yang memberikan efek menenangkan, mengurangi ketegangan saraf dan kecemasan. Dengan begitu, otak menjadi lebih rileks sehingga bisa meningkatkan kualitas tidur.

5. Mengobati eksim

Eksim adalah peradangan kulit yang muncul dalam bentuk ruam merah yang terasa gatal. Manfaat kenanga untuk mengobati eksim terjadi berkat sifat antiinflamasi yang bekerja dengan membantu meredakan iritasi sekaligus memberikan efek menenangkan pada kulit.

6. Mengatasi gejala rematik

Rematik adalah gangguan yang muncul dengan gejala utama nyeri pada area sendi. Masalah ini bersifat kronis dan progresif atau memburuk dari waktu ke waktu. Guna meredakan gejalanya, kamu bisa mengoleskan minyak bunga kenanga untuk memberikan efek relaksasi.

7. Mengobati masalah pencernaan

Untuk membantu mengatasi masalah pada saluran pencernaan, bunga kenanga bekerja dengan memberikan efek menenangkan, sehingga saluran cerna bekerja lebih lancar. Manfaat ini tak lepas pula dari sifat antiinflamasi dan kandungan serat dalam tanaman tersebut.

8. Meredakan gejala asam urat

Asam urat adalah gangguan serangan nyeri secara tiba-tiba dan pembengkakan pada area persendian, terutama pangkal jempol kaki. Dengan mengoleskan minyak kenanga secara rutin, gejala ini dapat berangsur membaik, sehingga pengidap bisa menjalankan aktivitas seperti biasa. Selain mengoleskan minyak kenanga pada area yang nyeri, kamu juga bisa mengatasi asam urat secara alami dengan bahan lain.

9. Merawat kulit kepala kering

Kulit kepala kering adalah gangguan yang muncul ketika terjadi penurunan produksi minyak pada kulit kepala. Kondisi ini menyebabkan gatal, pengelupasan, dan iritasi pada area tersebut. Guna membantu mengatasi masalah kesehatan ini, kamu bisa mengoleskan ekstrak minyak bunga kenanga pada kulit kepala. Cara ini dapat merangsang produksi minyak sekaligus melembapkan area tersebut.

10. Bunga kenanga dapat mengatasi infeksi jamur

Studi dalam Hindawi menyebutkan, bunga kenanga adalah tanaman herbal yang mengandung senyawa Linalool yang bersifat antibakteri, antijamur dan antiinflamasi. Senyawa tersebut efektif membunuh jamur, terutama yang berasal dari infeksi jamur *Candida albicans*.

11. Membunuh bakteri penyebab jerawat

Jerawat adalah gangguan yang terjadi ketika folikel rambut tersumbat oleh minyak dan sel kulit mati. Untuk mengatasinya, kamu dapat mengoleskan minyak kenanga pada area kulit yang berjerawat. Senyawa dalam tanaman ini bekerja dengan mengurangi efek kemerahan dan membunuh bakteri penyebab jerawat.

B. Kewenangan Bidan Terhadap Kasus Tersebut

Menurut UU RI nomor 4 tahun 2019 tentang kebidanan pasal 49 mengatakan

- 1) Bahwa dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam pasal 46 ayat (1) huruf a, bidan berwenang Memberikan asuhan kebidanan pada masa sebelum hamil Memberikan asuhan kebidanan pada masa kehamilan normal
- 2) Memberikan asuhan kebidanan pada masa persalinan dan menolong persalinan normal.
- 3) Memberikan asuhan kebidanan pada masa nifas
- 4) Melakukan pertolongan pertama kegawatdaruratan pada ibu hamil, persalinan, nifas, dan rujukan; Dan
- 5) Melakukan deteksi dini kasus dan komplikasi pada kehamilan, masa persalinan, pasca persalinan, masa nifas, serta asuhan pasca keguguran dan dilanjutkan dengan rujukan. Permenkes No. 28 tahun 2017

b) Pasal 18

Dalam penyelenggaraan Praktik Kebidanan, Bidan memiliki kewenangan untuk memberikan:

- a. Pelayanan kesehatan ibu,

- b. pelayanan kesehatan anak; dan
- c. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana

c) Pasal 19

Perawatan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam tercakup 19 huruf a diberikan pada masa sebelum hamil, masa hamil, masa persalinan, masa nifas, masa menyusui, dan masa antara dua kehamilan. (2) Pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (1) meliputi pelayanan

- 1) Konseling pada masa sebelum hamil,
- 2) Antenatal pada kehamilan normal,
- 3) Persalinan normal;
- 4) Ibu nifas normal;
- 5) Ibu menyusui;
- 6) Konseling pada masa antara dua kehamilan

Dalam memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud pada ayat (2), Bidan berwenang melakukan:

- 1) Episiotomi,
- 2) Pertolongan persalinan normal;
- 3) Penjahitan luka jalan lahir tingkat I dan II,
- 4) Penanganan kegawat-daruratan, dilanjutkan dengan perujukan; e pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil,
- 5) Pemberian vitamin A dosis tinggi pada ibu nifas;
- 6) Fasilitasi inisiasi menyusui dini dan promosi air susu ibu eksklusif,
- 7) Pemberian uterotonika pada manajemen aktif kala tiga dan pasca persalinan.

C. Hasil Penelitian Terkait

Dalam penyusunan laporan tugas akhir ini, penulis sedikit terinspirasi dan mereferensi dari penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan latar belakang masalah pada laporan tugas akhir ini. Berikut ini penelitian terdahulu yang berhubungan dengan laporan tugas akhir ini.

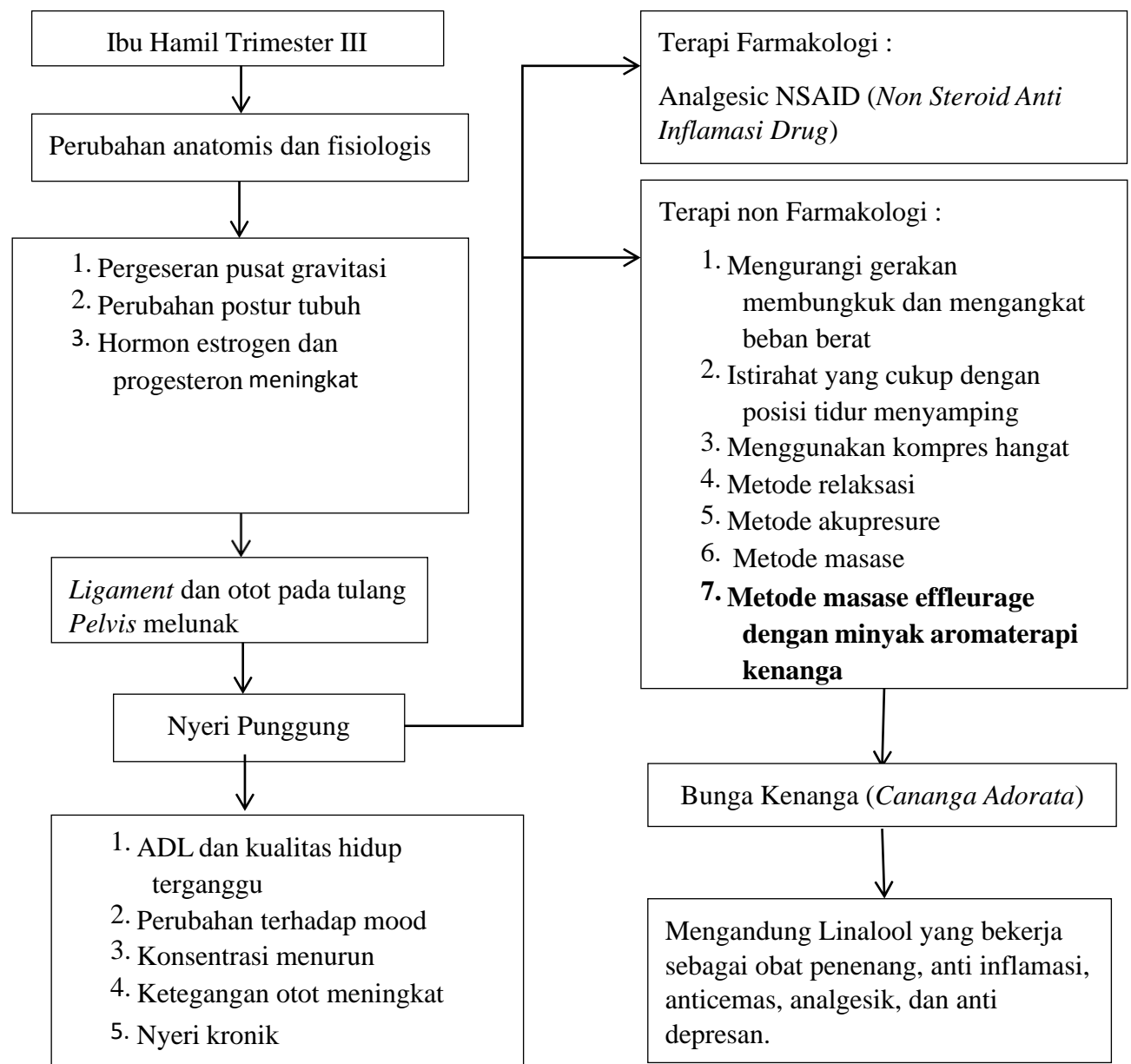
- 1) Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Estuning Rahayu Tahun 2020. Dengan judul “Pelaksanaan Massage Punggung Dengan Minyak Kenanga Pada Ibu Hamil Trimester III”. Berdasarkan hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dan massage punggung menggunakan minyak kenanga pada ibu hamil terhadap penurunan nyeri punggung dan kecemasan persalinan kala I fase laten. Dalam kegiatan dapat ditemukan bahwa para ibu hamil dapat mendemonstrasikan pelaksanaan massage pada punggung ibu hamil sehingga dapat menurunkan rasa nyeri punggung ibu hamil.

- 2) Penelitian yang dilakukan oleh Kurniati Puji Lestari dkk Tahun 2022 Dengan judul “Massage Effleurage dengan Minyak Aromaterapi Lavender Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil”. Menyatakan bahwa terdapat pengaruh pijat effleurage terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester ketiga. Menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan pijat effleurage pada kelompok intervensi. Mengatakan pijat effleurage memberikan dampak positif seperti memberikan relaksasi bagi tubuh menenangkan saraf, stress, sakit kepala, dan mencegah insomnia. Pijat effleurage merangsang sistem saraf pusat, memberikan kehangatan pada tubuh. Hasil dari penelitian adalah kombinasi pijat effleurage dengan aromaterapi minyak esensial lavender efektif menurunkan skala nyeri pinggang pada ibu hamil trimester ketiga. Terapi ini merupakan pilihan untuk penatalaksanaan nyeri nonfarmakologis. Berkurangnya keluhan nyeri diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup ibu hamil karena sifat ibu hamil yang unik sehingga memerlukan penanganan yang berbeda.

- 3) Penelitian yang dilakukan oleh Dita Almanika, dkk Tahun 2021 Dengan judul “Penerapan Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro”.Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sesudah diberikan massage effleurage selama 3 hari terjadi

penurunan intensitas nyeri punggung pada kedua subyek. Hal ini terjadi karena massage effleurage menghasilkan relaksasi dengan cara memperbaiki sirkulasi dan selanjutnya memberi rangsangan taktil dan perasaan positif yang apabila dilakukan dengan sentuhan yang penuh perhatian dan empatik akan memperkuat efek massage dalam meningkatkan relaksasi otot, menenangkan ujung-ujung syaraf dan menghilangkan nyeri.

D. Kerangka Teori



Gambar 2.7 Efektifitas Massage Efflurage Terhadap Pengurangan Sensasi Rasa Nyeri Punggung Pada Ibu Trimester III. *Journal Of Issues In Midwiferi* (Sumber : Fatmawati. 2017)