

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan dapat diartikan sebagai suatu proses berantai yang meliputi ovulasi, perpindahan sperma dan sel telur, pembuahan dan pertumbuhan sel telur yang telah dibuahi, implantasi ke dalam rahim, pembentukan plasenta, serta pertumbuhan dan perkembangan konseptus hingga kelahiran. Kehamilan merupakan masa dimana janin berada di dalam rahim seorang wanita (Syaiful & Fatmawati 2019).

Kehamilan normal berlangsung selama 40 minggu, atau 10 bulan, atau 9 bulan. Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester, trimester pertama berlangsung selama 12 minggu, trimester kedua berlangsung selama 15 minggu (13 hingga 27 minggu) dan trimester ketiga berlangsung selama 13 minggu (28 hingga 40 minggu) (Syaiful & Fatmawati 2019).

Sukorini (2017) menyatakan bahwa ketidakpuasan ibu secara psikis dan fisik meningkat seiring kehamilan memasuki trimester ketiga sehingga berdampak pada kesejahteraan ibu hamil. Keluhan ibu hamil pada trimester ketiga antara lain sesak napas, nyeri punggung bagian bawah, sulit tidur, nyeri panggul, pusing, kram perut, kram kaki, sering buang air kecil, serta rasa tidak nyaman akibat kontraksi tiba-tiba dan rasa cemas (Azward dkk, 2021).

Khairunnisa dkk (2022) mengatakan bahwa derajat nyeri punggung tertinggi saat kehamilan terjadi pada trimester ketiga. Prevalensi keseluruhan kejadian nyeri punggung pada usia kehamilan 20 minggu (76%) dan pada usia kehamilan 32 minggu (90%). Saat usia kehamilan 20 minggu melaporkan banyaknya nyeri ringan 39%, nyeri sedang 20%, dan nyeri hebat 17%. Dalam 32 minggu kehamilan melaporkan nyeri ringan sebanyak 38%, nyeri sedang 2%, dan nyeri hebat 29%. Hasil penelitian ibu hamil di beberapa daerah di Indonesia mencapai 60 sampai 80% mengalami nyeri punggung pada kehamilan trimester II dan III. Penelitian terhadap ibu hamil Indonesia

yang menderita nyeri punggung (lower back pain) selama kehamilan mencapai 60-80% (Lestalu, 2022).

Faktor penyebab nyeri punggung saat hamil antara lain perubahan postur tubuh ibu dan penambahan berat badan akibat pertumbuhan rahim.. Jika keluhan nyeri punggung tidak ditangani dengan baik, nyeri punggung dapat berlangsung lama dan meningkatkan kemungkinan terjadinya nyeri punggung pasca melahirkan atau nyeri punggung kronis yang sulit diobati dan disembuhkan (Rofiasari dkk, 2020).

Ada dua metode untuk mengobati nyeri punggung pada ibu hamil trimester III, yaitu metode farmakologis dan metode non farmakologis. Metode farmakologis untuk mengatasi nyeri dengan tingkat keparahan ringan dapat menggunakan *analgesic* nonapoioid. Meskipun metode farmakologis ini aman digunakan namun memiliki beberapa efek samping (Indah dan Wiyastuti, 2021).

Metode non farmakologis untuk mengatasi nyeri punggung (*low back pain*) antara lain teknik distraksi, pengurangan persepsi nyeri, mandi air hangat, stimulasi pijat, kompres panas atau dingin, mekanika tubuh yang baik, dan olahraga ringan (senam hamil). Cara ini aman bagi ibu hamil karena tidak menimbulkan efek samping, lebih murah dan efisien, sehingga aman bagi ibu hamil. Senam hamil merupakan salah satu metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri (Indah dan Wiyastuti, 2021).

Senam hamil merupakan salah satu jenis olahraga yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot dinding perut, ligamen, otot dasar panggul dan menjaga elastisitasnya. Olahraga saat hamil dapat memperkuat otot-otot bagian dalam perut yang fungsi utamanya menopang tulang belakang. Senam kehamilan yang teratur sangat membantu dalam memperkuat otot perut dan mencegah ketegangan berlebihan pada panggul, sehingga mengurangi rasa tidak nyaman dan nyeri pada punggung (Indah dan Wiyastuti, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Lina Fitriani menemukan bahwa penurunan rasa nyeri pada punggung pada ibu hamil trimester III dengan

menggunakan senam hamil selama 3x dalam seminggu penurunan rasa nyeri yaitu 26%. Senam hamil dapat memberikan keuntungan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan fisik ibu hamil, memperlancar peredaran darah, mengurangi keluhan kram, dan mempersiapkan pernapasan (Fitriani, 2018).

Hasil studi pendahuluan di TPMB Derina Arisyah, S.Tr.Keb Tiyuh Penumangan Baru Kecamatan Tulang Bawang Tengah Kabupaten Tulang Bawang Barat pada tanggal 16 Januari tahun 2024 didapatkan hasil 15 ibu hamil trimester III yang datang dalam kelas ibu hamil ditemukan 1 (0,15%) ibu hamil mengalami nyeri punggung (*low back pain*) yang terjadi akibat perubahan fisiologis.

Berdasarkan data dari uraian diatas, penulis sangat tertarik untuk melakukan “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Nyeri Punggung di Tempat Praktik Mandiri Bidan Derina Arisyah Desa Penumangan Baru Tulang Bawang Tengah Tulang Bawang Barat” dan memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*) untuk membantu ibu mengurangi nyeri punggung (*low back pain*) dengan melakukan senam hamil.

B. Pembatasan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, diketahui kejadian ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di TPMB Derina Arisyah Penumangan Baru, Tulang Bawang Barat pada tanggal 16 Januari 2024 terdapat 1 ibu hamil yaitu Ny. S diperlukan asuhan kebidanan, pembatasan masalah : maka penulis akan memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung berkelanjutan pada Ny. S di Tempat Praktik Mandiri Bidan Derina Arisyah Penumangan Baru, Tulang Bawang Barat?

C. Tujuan Penyusunan LTA

1. Tujuan Umum

Mahasiswa dapat melakukan “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung (*Low Back Pain*) Di TPMB Derina Arisyah Penumangan Baru, Tulang Bawang Barat

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*)
- b. Menegakkan diagnosa asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*)
- c. Menyusun perencanaan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*)
- d. Mampu melakukan pelaksanaan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*)
- e. Mampu mengevaluasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung (*low back pain*)

D. Ruang Lingkup

1. Sasaran

Asuhan kebidanan ini ditujukan kepada ibu hamil trimester III Ny. S G2P1A0 dengan masalah nyeri punggung menggunakan teknik senam hamil di PMB Derina Arisyah, Penumangan Baru, Tubaba Tengah, Tulang Bawang Barat.

2. Tempat

Lokasi asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan kasus ketidaknyamanan nyeri punggung trimester III dilakukan di TPMB Derina Arisyah Penumangan Baru Kabupaten Tulang Bawang Barat.

3. Waktu

Waktu yang digunakan dalam pelaksanaan asuhan kebidanan kehamilan dengan kasus ketidaknyamanan nyeri punggung (*low back pain*) trimester III adalah dari sebelum pengkajian sampai dengan selesai.

E. Manfaat

1. Bagi Prodi Kebidanan Metro

Secara praktis laporan tugas akhir ini berguna bagi mahasiswa sebagai menambah bahan bacaan di perpustakaan, membantu mahasiswa dalam mencari materi asuhan pelayanan kebidanan dan dapat menerapkan materi yang telah diberikan dalam proses perkuliahan dan mampu memberikan asuhan yang berkualitas.

2. Bagi TPMB Derina Arisyah, S.Tr.Keb

Secara praktis laporan tugas akhir ini dapat memberikan informasi tentang pelayanan terhadap ibu hamil trimester III dengan keluhan nyeri punggung (*low back pain*) dan mengajarkan ibu teknik senam hamil.