

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan yang sering muncul pada kehamilan salah satunya adalah nyeri pinggang, dimana nyeri pinggang merupakan salah satu ketidaknyamanan ibu hamil trimester III yang dapat mengganggu aktifitas, dimana nyeri pinggang merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. Pelvic rocking salah satu teknik untuk menurunkan intensitas nyeri pinggang.. Menurut data WHO Maharani, 2019 (Prevalensi nyeri punggung bawah saat kehamilan di Australia dilaporkan sebanyak 70%. Prevalensi nyeri pinggang pada ibu hamil pada usia kehamilan lebih dari 21 minggu di Malaysia terdapat 36,5% dengan nyeri ringan, 46% untuk nyeri sedang, dan 17,5% untuk nyeri berat). Sementara, nyeri pinggang yang dialami ibu hamil berdasarkan laporan Profil Data Kesehatan Indonesia tahun 2015 terdapat 5.298.285 orang ibu hamil di Indonesia.

Berdasarkan data dari Dinas Provinsi Lampung, sebanyak 37.264 ibu mengalami nyeri pinggang kehamilan sebesar 30,0%. Di Kabupaten Lampung Tengah mengalami nyeri pinggang sebesar 20,0%, di Kota Bandar Lampung sebesar 20,0% dan di Kabupaten Lampung Selatan sebesar 19,9% (Data Dinkes Lampung, 2015).

Nyeri pinggang pada wanita hamil akan berdampak negative, salah satunya mereka mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari seperti berdiri, duduk, berpindah tempat atau posisi, mengangkat serta memindahkan barang. Dampak lain pada ibu yaitu ibu merasa lelah lebih cepat, terkadang seperti mati rasa, perasaan gelisah seperti geli atau kesetrum, nyerinya dapat menyebar sampai lengan dan tangan atau betis dan kaki dan dapat menimbulkan gejala lain. Pada umumnya gangguan nyeri pinggang pada kehamilan trimester III bersifat fisiologis, namun dapat berubah menjadi patologis apabila tidak diatasi dengan tepat seperti nyeri pinggang jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri pinggang pasca partum dan nyeri pinggang kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan.

Nyeri pinggang ini biasanya akan meningkat intensitasnya seiring bertambahnya usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat dari pergeseran pusat gravitasi wanita dan postur tubuhnya. Perubahan ini disebabkan oleh berat uterus yang membesar. Jika wanita tersebut tidak memberi perhatian penuh terhadap postur tubuhnya maka ia akan berjalan dengan ayunan tubuh kebelakang akibat peningkatan lordosis. Lengkungan ini kemudian akan meregangkan otot pinggang dan menimbulkan rasa sakit atau nyeri.

Pada ibu hamil posisi tubuh juga perlu diperhatikan agar nyeri pinggang dapat berkurang. Tidur posisi menyamping sebelah kiri baik dikarenakan dapat memberikan tekanan paling sedikit pada rahim dan membuat pernapasan menjadi lebih lancar. Selain itu juga dapat meningkatkan sirkulasi darah sehingga transfer nutrisi dari satu bagian ke bagian tubuh lain menjadi lebih baik. Gunakan bantal agak keras untuk menopang tubuh bagian atas saat tidur untuk memberikan tekanan besar pada diafragma sehingga tidur menjadi lebih nyaman. Meletakkan bantal kecil dibawah perut juga berguna untuk menopang berat badan. Ibu yang mengalami nyeri pinggang harus perbanyak konsumsi makanan yang berkalsium. Karena makanan yang berkalsium merupakan mineral yang berguna dalam menjaga kepadatan tulang dan mencegah gangguan-gangguan pada tulang termasuk masalah nyeri pinggang. Sumber makanan yang berkalsium yaitu dari susu, ikan sarden, kacang almond, tahu, ikan salmon, brokoli, kacang merah, dan susu kedelai. Meningkatkan asupan air putih juga salah satu menangani nyeri pinggang. Ibu hamil sangat dianjurkan memperbanyak konsumsi air putih sekitar 2 liter perharinya.

Salah satu cara untuk mengurangi keluhan nyeri pinggang yang dialami oleh ibu yaitu dengan melakukan olahraga ringan seperti Pelvic rocking. Kelebihan gerakan pelvic rocking dapat membantu penguluran serta peregangan otot dan sendi panggul sehingga dapat mengurangi ketegangan otot dan menurunkan nyeri yang dirasa ibu hamil (Yu,2010). Serta menurut thabet et el manfaat pelvic rocking yaitu dapat memperbaiki aliran darah, merelaksasi otot perut, mengurangi nyeri pelvis dan mengurangi tekanan pada pusat saraf,

organ panggul, dan saluran pencernaan. Cara lain untuk mengurangi nyeri pinggang yaitu dengan berolahraga, pijat, duduk dan berdiri dengan hati-hati.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan pelvic rocking terbukti menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III. Berdasarkan penelitian weni tripurnani dalam jurnal yang berjudul pelvic rocking terhadap penurunan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III. Nyeri pinggang sebelum diberikan latihan pelvic rocking pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Blabak Kediri, sebagian besar pada nyeri sedang sebanyak sembilan orang (57%) sedangkan sesudah diberikan latihan pelvic rocking nyeri menjadi menurun pada kategori nyeri ringan sebanyak sebelas orang (67%). Terdapat pengaruh latihan pelvic rocking terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Blabak Kediri.

Berdasarkan pra-survey di PMB Chatarina Erna Purwati, Tarahan, Lampung Selatan terdapat pada bulan Januari-April dari 6 orang ibu hamil trimester III ditemui Ibu yang mengalami nyeri pinggang 4 orang. Berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan dengan melakukan penatalaksanaan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Melakukan Teknik Pelvic Rocking terhadap Ny.D G1P0A0 umur 24 tahun di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd.Keb Lampung Selatan tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas banyaknya ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang pada trimester III. Maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan menggunakan 7 langkah varney dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP terhadap Ny.D dengan rumusan masalah "bagaimana penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III dengan melakukan teknik pelvic rocking?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III terhadap Ny.D dengan penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil dengan melakukan teknik pelvic rocking di PMB Chatarina Erna Purwati,

Amd.Keb.dengan melakukan teknik pelvic rocking di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd.Keb.

2. Tujuan Khusus

- a. Dilakukan pengkajian data subjektif dan objektif pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 36 minggu 2 hari di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd.Keb tahun 2024.
- b. Dilakukan interpretasi data dasar pada Ny. D umur 24 tahun Usia kehamilan 36 minggu 2 hari di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- c. Dilakukan diagnosis dan masalah potensial pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 36 minggu 2 hari dengan nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- d. Dilakukan identifikasi dan ditetapkan kebutuhan yang memerlukan tindakan segera pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 36 minggu 2 hari dengan nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- e. Dilakukan perencanaan asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 36 minggu 2 hari dengan nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- f. Dilaksanakan asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. D G1P0A0 dengan nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- g. Dilaksanakan evaluasi asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 36 minggu 2 hari dengan nyeri di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd. Keb tahun 2024.
- h. Dilakukan pendokumentasian asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. D G1P0A0 umur 24 tahun usia kehamilan 38 minggu 2 hari dengan nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd.Keb tahun 2024.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil asuhan kebidanan ini dapat memberikan pengetahuan untuk menerapkan pelvic rocking pada ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang, menambah wawasan serta menambah keterampilan. Dapat digunakan penulis untuk perbandingan antara teori yang didapat diinstitusi dengan praktik langsung dilapangan.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Klien dan Masyarakat

Diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya bagi ibu hamil untuk menambah wawasan dan informasi mengenai nyeri pinggang dengan melakukan pelvic rocking pada ibu hamil.

b. Bagi Bidan

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen kebidanan pada ibu hamil dalam memberikan asuhan penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil dengan teknik pelvick rocking.

c. Bagi Institusi Pendidikan D III Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang

Sebagai bahan kajian serta sumber referensi bagi mahasiswa dalam memahami materi asuhan kebidanan terhadap ibu hamil tentang penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III dengan melakukan teknik pelvic rocking.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan yang dilakukan menggunakan manajemen 7 langkah Varney dan pendokumentasian dengan metode SOAP pada Ny.D G1P0A0 umur 24 tahun dengan masalah nyeri pinggang di PMB Chatarina Erna Purwati Lampung Selatan pada tahun 2024. Objek studi kasus adalah penatalaksanaan nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III dengan menggunakan teknik pelvic rocking dengan usia kehamilan 36 minggu 2 hari. Pelvic rocking dilakukan 3

kali dalam seminggu dengan durasi 10-15 menit selama kurang lebih 3 minggu. Waktu yang digunakan dalam pelaksanaannya pada tanggal 22 Maret 2024 sampai 7 April 2024 yang bertempat di PMB Chatarina Erna Purwati, Amd.Keb