

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia mempunyai kebutuhan dasar fisiologis untuk istirahat teratur. Jumlah kebutuhan istirahat bervariasi, bergantung pada kualitas tidur, status kesehatan, pola aktivitas, gaya hidup, dan umur seseorang (Ambarwati, Sunarsih, 2011 :97). Menurut WHO Kematian ibu di negara berkembang mencapai 20% disebabkan oleh pola makan dan kurangnya waktu istirahat kadang keduanya sering berinteraksi (Sihotang dkk, 2016). Data hasil polling tidur di Amerika oleh National Sleep Foundation tahun 2016 didapat 97,3% wanita hamil trimester tiga selalu terbangun di malam hari. Rata-rata 3- 11 kali setiap malam dikarenakan sering buang air kecil dan hipersalivasi (pengeluaran air liur yang berlebihan). Mendengkur dan kram kaki juga sering dijumpai, hal ini dapat menurunkan durasi tidur ibu hamil. (National sleep Foundation, 2016 dalam badrus dan khairoh,2019). Di Indonesia sendiri diperkirakan sekitar 15% - 30% melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 12% mengalami gangguan tidur yang serius. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebutuhan tidur manusia seperti faktor psikologis, fisiologis, dan lingkungan dapat mempengaruhi kualitas tidur ibu (Walyani & Purwoastuti, 2015 dalam Laura, 2015).

Dampak dari gangguan tidur atau kurangnya kualitas tidur dapat beresiko pada janin , kehamilan dan saat melahirkan. Oleh karena itu, ibu hamil yang mengalami gangguan tidur selama kehamilan dianjurkan untuk mendapat pantauan khusus (Mindle dkk, 2015). Menurut Zaky (2015) sebagaimana dikemukakan oleh Maisaro dkk dalam jurnal berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Desa Ngrowo Dan Desa Salen Kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto bahwa, buruknya kualitas tidur yang terjadi saat kehamilan berdampak pada kejadian kelahiran preterm, retriksi pertumbuhan intra-uterin, gawat janin, asfiksia, aspirasi mekonium, serta lebih rentan menderita hipertensi

gestasional, preeklampsia, diabetes melitus dan waktu melahirkan lebih lama dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki kualitas tidur baik.

Untuk mengatasi gangguan tidur dilakukan dengan dua cara , yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. *Terapi* farmakologi pada Ibu hamil menggunakan terapi farmakologi seperti *Mefloquine, Pam Fluraze, dan Temazepam*. Akan tetapi terapi menggunakan farmakologi tidak dianjurkan karena memiliki dampak pada janin (Hollenbach et al, 2013). Terapi non farmakologi dapat menggunakan *massage* dan *aromatherapy*. Secara umum terapi masase menurut Muslikh (2015) ada lima teknik dasar: meremas (*petrisage*), mengusap (*effleurage/stroking*), menekan (*friction*), menggetar (*vibration*), dan memukul (*tapotement*). Saat nyeri terjadi di area punggung dan pinggang, *effleurage massage* bisa diberikan. Dimana *effleurage* massage merupakan teknik memijat dengan usapan lembut tanpa putus-putus, lambat dan panjang, caranya menggunakan kedua tangan menekan dengan lembut memakai ujung jari dan ujung jari tidak lepas dari permukaan kulit. Tujuan dari masase *effleurage* dapat meningkatkan relaksasi dan sirkulasi darah.

Menurut Supriyatna dalam jurnal Maisaroh (2019) Lavender memiliki bau yang kuat dan harum sehingga banyak digunakan sebagai aromaterapi. lavender mempunyai kandungan minyak atsiri yang mempunyai efek memperpanjang durasi tidur. Lavender merupakan aromaterapi yang paling dianjurkan bagi ibu hamil karena efeknya yang menenangkan (Andriana, 2011 : 163)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aldiani pada tahun 2009, 10 dari 15 orang ibu hamil mengalami gangguan tidur dikarenakan peningkatan kecemasan.

Berdasarkan penelitian Arkha Rosyaria Badrus dan Miftahul Khairoh (2018) dapat diketahui bahwa kualitas tidur responden ibu hamil trimester III sebelum diberikan *massage effleurage* menggunakan *aromatherapy* lavender yang mengalami kualitas tidur buruk adalah 15 orang ibu hamil trimester III (100%). Kemudian sesudah dilakukan *effleurage* *massage* menggunakan aromaterapi lavender didapatkan hasil sebanyak 9 orang ibu hamil trimester

III (60%) mengalami kualitas tidur baik dan sebanyak 6 orang ibu hamil trimester III(40%) masih mengalami kualitas tidur buruk.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa effleurage massage dengan menggunakan aromatherapy lavender dapat meningkatkan kualitas tidur malam pada ibu hamil trimester III sehingga memenuhi kebutuhan tidur ibu hamil trimester III.

Berdasarkan studi pendahuluan dari hasil prasurvey yang dilakukan pada bulan februari, didapatkan bahwa pada PMB Nurhayati,S.ST sebanyak 8 dari 10 ibu hamil trimester III mengalami gangguan tidur. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan “Studi Kasus Pemberian Effleurage Massage Untuk Pemenuhan Kebutuhan Tidur Ibu Hamil Trimester III”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diketahui bahwa dampak dari gangguan tidur atau kurangnya kualitas tidur dapat beresiko pada janin , kehamilan dan saat melahirkan. Sehingga penulis merumuskan masalah Bagaimanakah pengaruh Pemberian Effleurage Massage Untuk Pemenuhan Kebutuhan Tidur Ibu Hamil Trimester III?

C. Tujuan Asuhan

1. Tujuan Umum

Melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan menerapkan effleurage massage dan penggunaan aromatherapy lavender untuk kualitas tidur di`dokumentasikan dalam bentuk SOAP

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada ibu hamil terhadap Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III melalui pendekatan manajemen kebidanan di PMB Nurhayati
- b. Melakukan interpretasi data dasar terhadap Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di PMB Nurhayati

- c. Mengidentifikasi masalah potensial yang memerlukan penanganan segera terhadap Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di PMB Nurhayati
- d. Mengevaluasi tindakan kebutuhan segera terhadap Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di PMB Nurhayati
- e. Membuat Rencana dan tindakan pada Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di di PMB Nurhayati
- f. Melakukan evaluasi Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di PMB Nurhayati
- g. Melakukan pendokumentasian Asuhan Kebidanan Kehamilan pada Ny. V untuk pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil pada trimester III di PMB Nurhayati

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Bagi penulis sebagai sarana untuk memberikan gambaran langsung dan menerapkan ilmu, sebagai bahan evaluasi terhadap teori serta mengamalkan apa yang telah diperoleh penulis selama mengikuti perkuliahan di program studi DIII Kebidanan Tanjung Karang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi PMB Nur Hayati, SST

Sebagai bahan masukan d PMB Nurhayati, SST agar dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan khususnya pada Ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur.

b. Bagi Jurusan Kebidanan Tanjung Karang

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan perencanaan asuhan yang akan dilakukan tentang pemenuhan kebutuhan tidur pada ibu hamil trimester III. Menggunakan effleurage massage.

c. Bagi penulis LTA lainnya

Diharapkan dapat meningkatkan kemampuan penulis dan dapat menggali wawasan serta mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan tentang penatalaksanaan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur. Sehingga dapat merencanakan dan melakukan asuhan secara berkelanjutan .

E. Ruang lingkup

Sasaran asuhan kebidanan ini ditunjukkan pada Ny. V G1P0A0 21 tahun dengan gangguan sulit memulai tidur guna pemenuhan kebutuhan tidur ibu hamil trimester III dengan menerapkan effleurage massage dan menggunakan pendekatan 7 langkah varney. Di laksanakan di PMB Nurhayati, S.ST Lampung Selatan dan dimulai dari bulan januari hingga april 2020.

