

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah keadaan dimana janin tumbuh dan berkembang didalam tubuh wanita. Proses alamiah ini umumnya terjadi selama 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari). Program kunjungan *Antenatal Care* biasanya dilakukan minimal 6 kali selama kehamilan terdiri dari 1 kali pada Trimester I, 2 kali pada Trimester II dan 3 kali pada Trimester III. Minimal 2 kali pemeriksaan oleh dokter yang berguna untuk mendeteksi apakah adanya resiko pada ibu hamil dan membantu ibu untuk mendapatkan KIE tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan (Kemenkes, 2023).

Fenomena nyeri pada bagian punggung ibu hamil adalah salah satu keluhan yang paling sering dilaporkan di kalangan ibu hamil, bervariasi dari 50% sampai 80%. Hal ini sudah didefinisikan oleh *International Society for The Study of Pain* sebagai “pengalaman sensorik dan emosi yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial” (Purnamasari, 2019).

Menurut Dinkes Provinsi Lampung (2022) Di Indonesia sebanyak 60-80% dari 373.000 orang ibu hamil dilaporkan mengalami nyeri punggung. Di Provinsi Lampung insiden nyeri punggung pada kehamilan trimester III tercatat sebesar 83,8% pada tahun 2023. Ditingkat kabupaten, prevalensi nyeri punggung pada trimester III di tahun 2023 adalah 34,5% di Kabupaten Lampung Tengah, 23,3% di Lampung Barat, dan 20,7% di Lampung Selatan. Dampak yang terjadi apabila nyeri punggung tidak diatasi adalah ibu merasa aktivitas terganggu, mengalami perubahan struktur tubuh, mengalami nyeri punggung jangka panjang dan berdampak pada psikologis, kehidupan sosial dan kualitas hidup (Setiawati I., 2019).

Berdasarkan data survei di TPMB Nanik Asmawati dari bulan Januari 2025 sampai dengan bulan April 2025 didapatkan data ibu hamil sebanyak 40 orang, diantaranya 10 orang ibu hamil Trimester I, 13 orang ibu hamil Trimester II dan 17 orang ibu hamil Trimester III. Dari 17 ibu hamil Trimester III terdapat 6

orang dengan keluhan nyeri punggung, diantaranya 5 orang (83%) ibu hamil mengalami sedikit nyeri dan 1 orang (16%) mengalami nyeri sedang. Nyeri punggung pada kehamilan biasanya disebabkan oleh ukuran rahim yang makin membesar dan penambahan berat badan ibu, yang menyebabkan otot-otot bekerja lebih keras sehingga dapat membebani otot dan persendian. Nyeri ini terjadi di bagian bawah tulang rusuk dan di atas bokong bagian bawah. (Hanifah dkk., 2022) Faktor-faktor yang memengaruhi nyeri punggung diantaranya usia kehamilan ibu, usia ibu hamil, hormon, aktivitas fisik yang ibu lakukan. Pada paritas sering terjadi pada multipara dan grandemultipara yang lebih berisiko karena otot-otot sudah melemah. (Arummega dkk., 2022).

Terdapat dua metode yang bisa digunakan untuk mengobati nyeri punggung terutama pada ibu hamil trimester III, metodenya yaitu farmakologis dan non farmakologis. Metode farmakologis yang digunakan untuk mengatasi nyeri dengan tingkat keparahan ringan dapat menggunakan analgesic nonapoioid. Meskipun metode ini aman digunakan, namun pastinya terdapat beberapa efek samping. 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 Widyastuti, 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 Widyastuti, 2021).

Hasil LTA Anisah D. (2024) dari pengkajian yang telah dilakukan yaitu nyeri yang dialami ibu berkurang setelah dilakukan asuhan kebidanan selama 5 kali kunjungan, ada penurunan skala nyeri punggung dengan menggunakan

numerik rating scale dari skala 6 atau nyeri sedang ke skala 2 atau nyeri ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Lina Fitriani (2018) 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. Dan penelitian yang dilakukan oleh Hamidah (2020) setelah dilakukan senam hamil selama 2 kali dalam seminggu, didapatkan hasil keseluruhan responden mengalami penurunan deskripsi nyeri punggung dan dideskripsikan pada angka 1 sampai 5, yaitu menunjukkan penurunan skala nyeri 2 sampai 3, mereka masih bisa menunjukkan rasa nyeri yang kuat menusuk, dan beberapa ada yang merasakan nyeri yang hampir tidak terasa lagi.

Berdasarkan uraian dan data diatas, sebagai kasus Laporan Tugas Akhir, penulis ingin melakukan Asuhan Kebidanan Kehamilan Trimester III dengan Nyeri Punggung di TPMB Nanik Asmawati.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dirumuskan masalah pada laporan tugas akhir ini sebagai berikut “Bagaimanakah asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung pada Trimester III”

C. Ruang Lingkup

1. Sasaran

Sasaran Asuhan Kebidanan adalah Ny. A usia 30 tahun dengan nyeri punggung.

2. Tempat

Tempat pelaksanaan pengambilan kasus asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung dilakukan di TPMB Nanik Asmawati.

3. Waktu

Pelaksanaan asuhan kebidanan ibu hamil berlangsung sejak tanggal 10 April 2025 hingga 18 April 2025

D. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati Kampung Rama Nirwana Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian data subjektif pada ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati Kampung Rama Nirwana Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah.
- b. Mampu melaksanakan pengkajian data objektif pada ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati Kampung Rama Nirwana Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah.
- c. Mampu menganalisis data pada ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati Kampung Rama Nirwana Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah.
- d. Mampu melaksanakan penatalaksanaan asuhan kebidanan secara kontinyu pada ibu hamil dengan nyeri punggung di TPMB Nanik Asmawati Kampung Rama Nirwana Kecamatan Seputih Raman Kabupaten Lampung Tengah..

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Untuk mendapatkan pengalaman dan pembelajaran dalam memberikan asuhan kebidanan dengan menerapkan teori yang telah didapat dalam situasi yang nyata untuk menangani nyeri punggung pada kehamilan Trimester III

2. Manfaat Aplikatif

- a. Bagi Lahan Praktik

Dapat menjadi bahan referensi bagi petugas kesehatan dalam melakukan asuhan kebidanan pada kasus ibu hamil dengan nyeri punggung serta meningkatkan mutu pelayanan kebidanan melalui pendekatan manajemen kebidanan pada ibu hamil

b. Bagi Institusi

Pendidikan diharapkan menjadi bahan pustaka tambahan bagi dosen pengampu mata kuliah asuhan kebidanan kehamilan beserta timnya dalam pelaksanaan asuhan kebidanan pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung pada Trimester.