

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan ditandai dengan peristiwa bersatunya sel telur dan sperma, yang bukan merupakan peristiwa yang berdiri sendiri melainkan puncak dari rangkaian keadaan (Fauziah *et al.*, 2020). Kehamilan menurut Widatiningsih & Dewi (2017), adalah suatu proses yang dimulai pada tahap pembuahan dan diakhiri dengan lahirnya janin. Kehamilan biasanya berlangsung selama 280 hari, atau 40 minggu, dimulai pada hari pertama haid terakhir. Tiga trimester kehamilan adalah trimester I (1–12 minggu), trimester II (13–27 minggu), dan trimester III (28–40 minggu).

Perubahan yang dialami ibu hamil merupakan perubahan fisiologis, psikologis, dan adaptasi yang signifikan selama kehamilan. Ibu hamil dapat merasakan berbagai keluhan akibat perubahan yang dialaminya selama kehamilan (Azward *et al.*, 2021). Menurut Fatimah & Nuryaningsih (2017), pengaruh hormon estrogen yang mendorong peningkatan produksi asam lambung dan menyebabkan ibu hamil sering mengalami mual muntah terutama di pagi hari akan menyebabkan perubahan pada ibu hamil selama trimester I. Ibu hamil trimester II akan mengalami varises, kram, dan mulainya produksi kolostrum pada payudaranya. Menjelang trimester III kehamilan, ibu mengalami peningkatan jumlah keluhan, baik psikologis maupun fisik, yang mempengaruhi kenyamanan ibu hamil (Sukorini, 2017). Keluhan terkait kehamilan meliputi kesulitan bernapas, nyeri punggung, wasir, gangguan tidur, dan nyeri, terutama pada trimester III. (Azward *et al.*, 2021).

Nyeri punggung merupakan salah satu gejala ketidaknyamanan bagi ibu hamil trimester III. Survey yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia menemukan bahwa 50% wanita hamil di trimester III mengalami sakit punggung yang menyiksa. Di Indonesia sendiri, 70% ibu hamil mengaku mengalami nyeri punggung pada trimester III (Sari et al., 2020).

Apriyenti (2019), mengemukakan beberapa variabel yang mempengaruhi ketidaknyamanan pada punggung pada ibu hamil trimester III antara lain aktivitas kehamilan, paritas, dan usia ibu. Ketidaknyamanan pada punggung memengaruhi aktivitas sehari-hari dan melelahkan tubuh dan pikiran. Ketegangan ligamen penyangga yang disebabkan oleh perluasan rahim dan perkembangan kehamilan dirasakan oleh ibu sebagai tusukan yang sangat menyakitkan (menekan impuls nyeri), yang dikenal sebagai nyeri ligamen. Pusat gravitasi tubuh bergeser ke depan sebagai akibat dari peningkatan berat badan secara progresif yang terjadi selama kehamilan (Yulizawati *et al.*, 2017)

Nyeri punggung pada ibu hamil dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu diberikan obat anti nyeri (analgesik) pada ibu hamil direkomendasikan oleh dokter dan terapi nonfarmakologi dapat dilakukan oleh petugas kesehatan atau keluarga pasien antara lain distraksi, relaksasi, pijatan/ massage, hypnosis prenatal yoga, dan senam hamil.

Dalam hal ini peneliti menggunakan terapi non farmakologis pijatan/massage dengan *endorphin massage*. Endorfin berasal dari kata endogen dan morfin, adalah zat internal yang diproduksi tubuh sebagai bagian dari protein yang dibuat oleh sel dan sistem saraf. Pernapasan dalam, sentuhan

atau pijatan, serta meditasi, adalah beberapa cara tubuh dapat melepaskan endorpin. Bagi ibu hamil, *endorphin massage* adalah teknik sentuhan dan pemijatan. Ibu hamil trimester III yang menggunakan teknik ini mungkin merasa lebih nyaman dan tenang baik selama persalinan maupun sebelum melahirkan. Hal ini disebabkan karena pijat menyebabkan tubuh melepaskan endorphin yang berfungsi sebagai pereda nyeri. (Irawati, 2018).

Penelitian Diana, Wulan. (2019), tentang *endorphin massage* efektif menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Lulu Surabaya. Menurut hasil penelitian, hingga 2 (atau 10%) ibu hamil dilaporkan menderita nyeri punggung berat, 14 (atau 70%) dilaporkan mengalami nyeri punggung sedang, dan 4 (atau 20%) mengalami nyeri punggung ringan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan jumlah ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri ringan setelah diberikan *endorphin massage*, sebaliknya ibu hamil yang mengalami nyeri sedang mengalami penurunan. Hal ini menunjukkan ada keefektifan yang signifikan *endorphin massage* terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di BPM Lulu Surabaya. (Wulan, Diana. 2019). Penelitian ini didukung penelitian oleh Catur et al. (2017), yang menemukan bahwa ibu hamil yang mendapatkan terapi *endorphin massage* cenderung mengalami penurunan skala nyeri mendukung hal tersebut, karena pengeluaran endorfin selama pemijatan membantu ibu untuk rileks dan merasa nyaman.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Marga II pada bulan Februari 2023, terdapat 12 ibu hamil trimester III, sebanyak 6 orang atau (50%) mengalami nyeri punggung sedang, dan 4 orang atau (33,3%) mengalami

nyeri punggung ringan dan sedangkan 2 orang atau (16,6%) tidak mengalami nyeri punggung. Rasa nyeri ini terkadang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seorang ibu seperti berjalan, memasak, membersihkan rumah. Untuk mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dan *endorphin masaage* belum pernah digunakan. Biasanya perawat/ bidan memberikan KIE tentang nyeri punggung merupakan keluhan fisiologis kehamilan trimester III dan juga teknik nonfarmakologis lain berupa *effleurage massage* yang sudah diketahui.

Asuhan keperawatan memiliki peranan untuk mengatasi nyeri punggung selama kehamilan yang meliputi pengkajian antenatal care pada ibu hamil trimester III, keluhan utama adalah ibu mengeluh tidak nyaman karena mengalami nyeri punggung. Pada diagnosis keperawatan menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017), adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan yang dibuktikan ibu mengungkapkan tidak nyaman, gelisah, sukar tidur, tidak mampu rileks, sering merasa lelah, ibu juga mengeluh pola eliminasi berubah, dan tampak postur tubuh ibu berubah, dan kriteria hasil menurut Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2019), diharapkan status kenyamanan ibu meningkat. Perencanaan keperawatan menurut Tim Pokja SIKI DPP PPNI (2018), Terapi Pemijatan (*Endorphin Massage*) dan Perawatan kehamilan trimester II dan III, Implementasi keperawatan merupakan realiasi dari perencanaan keperawatan. Pada evaluasi yang merupakan tolok ukur terhadap keberhasilan asuhan keperawatan.

Berdasarkan atas uraian latar belakang tersebut, maka penulis tertarik menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) mengenai “asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di

UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : “ Bagaimanakah asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023 ”

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum adalah menggambarkan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”

### **2. Tujuan Khusus**

Berikut tujuan khusus dari Karya Ilmiah Akhir Ners ini :

- a. Mendeskripsikan pengkajian asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”
- b. Mendeskripsikan diagnosis asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”
- c. Mendeskripsikan perencanaan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”

- d. Mendeskripsikan implementasi asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”
- e. Mendeskripsikan evaluasi asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023”
- f. Menganalisis intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II tahun 2023.

#### **D. Manfaat Penulisan**

Berkut manfaat yang dapat diperoleh antara lain :

##### **1. Manfaat teoritis**

Karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat memberi bermanfaat sebagai berikut :

- a. Sebagai kajian ilmiah serta informasi tambahan di bidang ilmu keperawatan maternitas mengenai terapi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.
- b. Bahan kajian untuk melakukan penelitian serupa di masa mendatang dan membuat alternatif tindakan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan intervensi *Endorphin Massage*.

## **2. Manfaat praktis**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat untuk :

- a. Informasi bagi perawat puskesmas untuk dipertimbangkan atau digunakan sebagai sumber daya saat mereka bekerja untuk memberikan asuhan keperawatan yang lebih baik, terutama berkaitan dengan intervensi endorphan massage untuk ibu hamil III.
- b. Menambah pemahaman ibu hamil trimester III dalam penanganan nyeri punggung yang mudah dan efektif dengan *Endorphan Massage*.