

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu proses fisiologis yang memberikan perubahan pada ibu maupun lingkungannya. Dengan adanya kehamilan maka sistem tubuh wanita mengalami perubahan yang mendasar untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan janin dalam rahim selama proses kehamilan seseorang. Kehamilan, persalinan, dan kelahiran merupakan proses fisiologis, tetapi penyulit dapat muncul kapan saja, dan dapat memberikan dampak serius pada ibu dan janin (Wati elvia dkk, 2023). Kehamilan trimester III dimulai pada usia kehamilan 28 minggu sampai 40 minggu. Pada trimester III ibu hamil sering khawatir disebabkan karena ketidaknyamanan yang dialami oleh ibu hamil trimester III. Ketidaknyamanan yang dirasakan ibu hamil trimester III seperti nyeri punggung, susah bernafas, gangguan tidur, sering BAK, kontraksi perut, pergelangan kaki membengkak, kram pada kaki, dan rasa cemas (Ridhatullah & Alfiah, 2022).

Menurut data WHO (2017) dalam penelitian andarmoyo (2021) yang dilakukan di Australia menyatakan bahwa 80% dari ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung bawah dengan prevalensi 36,6% mengalami nyeri ringan, 46% mengalami nyeri sedang dan 17% mengalami nyeri berat. Survei yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia menemukan bahwa 50% sampai mendekati 70 % di Australia Wanita hamil trimester III mengalami nyeri punggung yang menyiksa (Amin & Novita, 2022). Sedangkan menurut data Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan bahwa 373.485 ibu hamil di Indonesia, yang mengalami gangguan rasa nyaman dengan nyeri punggung bawah hingga 107.000

dengan presentase 28,7%. Prevalensi nyeri punggung bawah di Indonesia sebesar 18% meningkat sesuai dengan bertambahnya usia dan paling sering terjadi pada usia dekade Tengah dan awal empat dekade. Dua belas orang ibu hamil yang mengeluh nyeri punggung bawah dengan rincian intensitas nyeri tiga (nyeri sangat terasa, dapat di toleransi) yaitu sebanyak empat orang 33,3%. Intensitas nyeri terendah yaitu dua (nyeri ringan dan menimbulkan rasa tidak menyenangkan) sebanyak satu orang 8,3%, dan intensitas tertinggi yaitu enam (intens,kuat,dalam dan nyeri yang menusuk hingga mempengaruhi beberapa indera) sebanyak tiga orang 25% (Purwanti et al., 2024)

Nyeri punggung terjadi karena adanya perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung sehingga menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot. Nyeri punggung yang tidak segera diatasi berakibat nyeri punggung dalam jangka panjang, meningkatkan nyeri punggung pasca partum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit diobati atau disembuhkan (Kemenkes, 2024). Dampak dari keluhan nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III yaitu ibu akan mengalami ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas, hal ini terjadi karena adanya perubahan postural, peningkatan beban pada tulang belakang karena janin yang sedang tumbuh dan lordosis yang berlebihan yang memberikan kekuatan fisik pada sendi tulang belakang dan menyebabkan disfungsi, ketika nyeri yang dirasakan menyebar ke area pelvis dan lumbal yang menyebabkan ibu kesulitan berjalan(Pangesti et al., 2022). Hal ini mengakibatkan kurangnya oksigen yang diterima oleh janin melalui plasenta sehingga *fetal distress* atau gawat janin dan penurunan gerak janin serta perubahan detak jantung janin. Dari sakit punggung dan merasa capek adalah ibu akan

mengalami gangguan tidur yang akan menyebabkan kelelahan dan ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas(Ningsih et al., 2020)

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi gangguan rasa nyaman khususnya nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III dapat menggunakan metode farmakologis dan nonfarmakologi. Pengobatan secara farmakologi memang lebih efektif dibandingkan metode nonfarmakologi akan tetapi metode farmakologi lebih mahal dan berpotensi memiliki efek samping seperti berpengaruh pada ibu dan janin. Sedangkan metode nonfarmakologi dianggap lebih menguntungkan sebab mempunyai efek noninvasif, sederhana, efektif, serta tidak mempunyai efek samping dan akan memberikan kepuasan tersendiri pada ibu. *Massage* adalah jenis lain dari pengobatan komplementer dan alternatif untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. *Massage* mampu untuk melepaskan hormon kortisol yang menyebabkan stress (Pangesti et al., 2022)

Massage effleurage adalah usapan lembut panjang dan tidak terputus-putus sehingga menimbulkan efek relaksasi. *Massage effleurage* mempunyai distraksi yang dapat meningkatkan pembentukan endorphen dalam sistem kontrol desenden sehingga dapat membuat lebih nyaman karena relaksasi otot (Siti Muawanah, 2023). Penangan nyeri secara non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu distraksi,relaksasi,kompres hangat atau dingin serta pemijatan (*massage*). *Massage* merupakan suatu teknik manipulasi jaringan lunak dengan tujuan untuk relaksasi otot, perbaikan sirkulasi darah, perbaikan fleksibilitas dengan penurunan nyeri dalam upayanya untuk membantu mempercepat proses penyembuhan beberapa macam penyakit. *Massage* memiliki tujuan/target spesifik yang berkaitan dengan permasalahan pada otot dan dampak dari fungsi otot yang tidak optimal.

Teknik *massage* yang umum digunakan meliputi effleurage atau gosokan, petriassage atau pijatan, shaking atau guncangan, topotemen atau getaran, stroking atau mengurut dan skin rolling atau melipat dan menggeser kulit. Teknik *massage* yang dapat diberikan pada ibu hamil untuk menurunkan nyeri punggung yaitu *massage effleurage*. Efek terapeutik atau efek penyembuhan dari *effleurage* ini antara lain adalah membantu melancarkan peredaran darah vena dan peredaran getah bening/cairan limfe, membantu memperbaiki proses metabolisme, menyempurnakan proses pembuangan sisa pembakaran atau mengurangi kelelahan, membantu penyerapan (absorpsi) odema akibat peradangan, relaksasi dan mengurangi rasa nyeri (Ariningtyas et al., 2023)

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk Menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan mengangkat judul asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan tahun 2025?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penyusunan karya ilmiah akhir ners ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penyusunan karya ilmiah akhir ners ini ialah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi pengkajian pada ibu trimester III di praktik mandiri bidan tahun 2025.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada ibu trimester III di praktik mandiri bidan tahun 2025.
- c. Menyusun intervensi keperawatan yang direncanakan dalam asuhan keperawatan dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan 2025.
- d. Mendeskripsikan implementasi dari asuhan keperawatan dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan 2025.
- e. Mengevaluasi keperawatan dengan implementasi *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan 2025.
- f. Melakukan tindakan terapi dengan *massage effleurage* pada ibu hamil trimester III di pratik mandiri bidan 2025.

D. Manfaat

Adapun manfaat yang diperoleh dari penyusunan karya ilmiah akhir ners ini, ialah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam bidang keperawatan dalam memberikan intervensi *massage effleurage* pada pasien trimester III dengan masalah gangguan rasa nyaman,

sehingga dapat dijadikan sebagai acuan kepustakaan serta bagi pembaca dan penulis untuk menambah ilmu pengetahuan.

- b. Hasil karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti hal-hal yang berkaitan dengan masalah gangguan rasa nyaman nyeri di bagian punggung pada ibu trimester III.

2. Manfaat praktis

- a. Mempermudah pelayanan kesehatan dalam penanganan gangguan rasa nyaman nyeri punggung pada ibu trimester III dengan pemberian *massage effleurge* sehingga dapat menjadi alternatif dalam upaya menurunkan gangguan rasa nyaman nyeri punggung pada trimester III.
- b. Memberikan manfaat sebagai acuan bagi pihak institusi kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman nyeri punggung pada ibu trimester III.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Proses penyusunan KIAN dari studi literatur melibatkan beberapa tahapan, mulai dari identifikasi topik, pencarian literatur yang relevan, analisis dan penyusunan laporan yang sistematis, pengurusan izin yaitu sampai dikeluarkan oleh pihak kampus, mengumpulkan data pasien dimana penulis melakukan (mengumpulkan data, observasi, pemeriksaan fisik pasien) di praktik mandiri bidan. Melakukan studi dokumentasi data pasien dan konsultasi dengan bidan sehingga laporan KIAN dapat disajikan dan dapat diajukan untuk dipresentasikan dihadapan penguji.