

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses kompleks yang melibatkan perubahan fisik, hormonal, dan psikologis pada seorang wanita. Proses ini dimulai dari pembuahan hingga kelahiran bayi dan membutuhkan perawatan khusus untuk memastikan kesehatan ibu dan janin. Menurut Ambar, et. al. (2021) kehamilan biasanya berlangsung 40 minggu atau 280 hari, dari hari pertama haid terakhir. Tiga trimester kehamilan adalah trimester I (1–12 minggu), trimester II (13–27 minggu), dan trimester III (28–40 minggu).

Proses kehamilan akan menyebabkan ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikologis. Ibu hamil memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi dalam dirinya. Perubahan tersebut seringkali menimbulkan ketidaknyamanan yang akan dirasakan berbeda disetiap trimester kehamilan (Azward et al., 2021). Memasuki trimester III ibu hamil mengalami beberapa gejala fisiologis dan psikologis secara signifikan yang menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu hamil. Beberapa gejala yang sering terjadi di trimester III yaitu sulit tidur, sesak nafas, kaki dan tangan bengkak, kelelahan serta yang paling umum terjadi adalah masalah nyeri punggung. Salah satu faktor nyeri punggung meningkat intensitasnya karena penambahan usia kehamilan, perubahan ukuran uterus, penambahan berat janin, penurunan kepala janin dan janin yang semakin aktif bergerak akan memberikan tekanan pada otot dan sendi tulang belakang, sehingga terjadi nyeri punggung.

Nyeri punggung merupakan rasa tidak nyaman atau rasa nyeri pada area lumbosacral. Menurut *World Health Organization* (2021) 70% wanita hamil menderita nyeri punggung selama masa kehamilan, survei yang dilakukan di Inggris dan Skandinavia menemukan bahwa 50% ibu hamil memasuki trimester III mengalami nyeri punggung yang menyiksa. Prevalensi nyeri punggung ibu hamil di Indonesia cukup tinggi dengan hasil di Aceh sebesar 19,3%, Jawa Barat sebesar 18,3%, Papua sebesar 15,4% dan Bali sebesar 17,5% ibu hamil dengan masalah nyeri punggung (Risksedas, 2020).

Nyeri punggung apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan ibu hamil kesulitan untuk berdiri, duduk bahkan berpindah apabila nyeri telah menyebar ke area pelvis dan lumbar, sehingga dapat mempengaruhi rutinitas sehari-hari dan kualitas hidup ibu dan janin (Putri et al., 2020). Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dapat diatasi dengan terapi *non-farmakologis* karena sederhana dan tidak menimbulkan efek samping yang merugikan pada ibu dan janin. (Permatasari, 2019). Terapi *non-farmakologis* yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil adalah dengan teknik pijatan /*massage* yaitu *endorphin massage*. *Endorphin Massage* yang bertujuan untuk merangsang pelepasan endorfin alami tubuh (Diana, 2019). *Endrofin* berasal dari kata endogen dan morfin adalah zat internal yang diproduksi tubuh sebagai bagian dari protein yang dibuat oleh sel dan sistem saraf. Pijatan /*massage* dapat merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorfin* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman, serta dikombinasikan dengan pemberian afirmasi positif dan musik relaksasi untuk meningkatkan efek relaksasi (Gozali et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawaty et al. (2024) tentang penerapan *endorphin massage* dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Penelitian studi kasus ini dilakukan di Bidan Praktik Mandiri dengan subjek penelitian ini adalah dua ibu hamil trimester III yang datang ke Bidan Praktik Mandiri dengan hasil penelitiannya penerapan *endorphin massage* disimpulkan bahwa *endorphin massage* dapat mengurangi intensitas nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Amir et al. (2022) dengan hasil penelitiannya yaitu sebelum diberikan *endorphin massage* 75% mengalami nyeri punggung berat dan setelah diberikan *endorphin massage* jumlah responden yang mengalami nyeri berat menurun menjadi 60%.

Peran perawat sangat penting dalam pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung. Ibu hamil diberikan asuhan keperawatan maternitas dalam jangka waktu tertentu yang mencakup proses pengkajian, penentuan diagnosis, perencanaan, implementasi dan evaluasi. Asuhan keperawatan yang diberikan berpedoman pada standar PPNI berupa SDKI sebagai penentuan diagnosis keperawatan, SLKI sebagai acuan penentuan kriteria hasil sebagai standar evaluasi serta SIKI sebagai acuan penatalaksanaan dari gangguan rasa nyaman berupa nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi kehamilan yang dibuktikan ibu mengungkapkan tidak nyaman, gelisah, tidak mampu rileks, sering merasa lelah, ibu juga mengeluh pola eliminasi berubah, dan tampak postur tubuh ibu berubah (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Intervensi yang diberikan untuk masalah keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III

adalah terapi pemijatan yaitu *endorphin massage* dan intervensi perawatan kehamilan trimester II dan III (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka penulis tertarik menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) mengenai “Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Intervensi *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas Klungkung I “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : “ Bagaimanakah asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025 ”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum yaitu menggambarkan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Berikut tujuan khusus dari Karya Ilmiah Akhir Ners ini :

- a. Mengidentifikasi pengkajian asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025
- b. Merumuskan diagnosis asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025
- c. Menyusun perencanaan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD

Puskesmas Klungkung I tahun 2025

- d. Melaksanakan implementasi asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025
- e. Melaksanakan evaluasi asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025
- f. Memberikan intervensi inovasi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman di UPTD Puskesmas Klungkung I tahun 2025

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Karya ilmiah akhir ners ini diharapkan dapat 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 yang mendatang dan membuat alternatif tindakan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan intervensi *endorphin massagge*

2. Manfaat praktis

- a. Hasil karya ilmiah ini dapat digunakan oleh tenaga kesehatan sebagai bentuk inovasi penanganan pada ibu hamil trimester III dengan masalah gangguan rasa nyaman diberikan terapi *endorphin massage*.

- b. Hasil karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi institusi kesehatan dalam pemberian asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi *endorphin massage* pada ibu hamil trimester III.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini menggunakan metode deskriptif, yaitu menggambarkan suatu keadaan secara objektif. Penulis melakukan pengurusan ijin dan melakukan observasi pengumpulan data pasien melalui wawancara pada poli KIA di UPTD Puskesmas Klungkung I pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung, instrumen yang digunakan untuk mengukur intensitas nyeri yang dirasakan pasien digunakan skala NRS (*Numeric Rating Scale*). NRS digunakan untuk mengukur skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian intervensi yang akan dilakukan yaitu terapi pemijatan *endorphin massage* dan implementasi keperawatan sesuai dengan rencana asuhan keperawatan menggunakan pedoman SDKI, SLKI, SIKI.