

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Ibu hamil mengalami berbagai perubahan fisiologis sepanjang tiga trimester kehamilan, yang mencakup sistem reproduksi, perkemihan, kardiovaskular, pencernaan, endokrin, imunologi, dan muskuloskeletal. Perubahan-perubahan ini sering kali menimbulkan ketidaknyamanan, terutama pada trimester III, ketika usia kehamilan semakin lanjut (Diana, 2019). Perkembangan janin selama kehamilan dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Proses kehamilan ini melibatkan sejumlah perubahan fisiologis, termasuk perubahan pada sistem fisik, sistem pencernaan, sistem respirasi, sistem urinarius, dan muskuloskeletal (Arummega, 2022)

Seiring dengan perkembangan usia kehamilan, postur tubuh ibu akan mengalami perubahan untuk mengimbangi pertumbuhan uterus, peningkatan beban pada tulang belakang akibat perkembangan janin, serta lordosis yang berlebihan, yang berkontribusi pada tekanan pada punggung (Kesya Darmawan, 2023). Perubahan ini menyebabkan ibu hamil pada trimester III mengalami gangguan kenyamanan, yang terbukti dengan munculnya nyeri pada punggung bagian bawah akibat pembesaran uterus (Saudia & Sari, 2022). Salah satu bentuk ketidaknyamanan yang sering dialami oleh ibu hamil pada trimester III adalah nyeri pada punggung bagian bawah (Pangesti, 2022).

Prevalensi global nyeri punggung selama kehamilan tercatat sebesar 40,5%. Selain itu, menurut meta-analisis, prevalensi nyeri punggung pada trimester pertama kehamilan mencapai 28,3%, pada trimester kedua 36,8%, dan pada

trimester ketiga dilaporkan sebesar 47,8% (Salari et al. 2023). National Sleep Foundation melaporkan bahwa 97,3% ibu hamil pada trimester ketiga sering terbangun di malam hari, dengan rata-rata 78% ibu hamil di Amerika Serikat mengalami gangguan tidur. Di Indonesia, sebagian besar ibu hamil, yakni 97%, mengalami gangguan tidur. Data dari Riskesdas Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan bahwa dari 373.485 ibu hamil di Indonesia, sekitar 107.000 ibu hamil mengalami gangguan kenyamanan berupa nyeri punggung bawah, dengan prevalensi sebesar 28,7% (Yunita et al, 2024). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Praktik Mandiri Bidan Dwi Mia Anggarena, Kabupaten Klungkung diperoleh data bahwa pada bulan September-Desember 2024 terdapat 40 kunjungan antenatal care (ANC) oleh ibu hamil. Dari jumlah tersebut, 15 orang (37,5%) berada pada trimester III kehamilan dan mengeluhkan ketidaknyamanan berupa nyeri punggung. Keluhan tersebut dirasakan cukup mengganggu dan menyebabkan ketidaknyamanan yang signifikan, sehingga berdampak pada aktivitas sehari-hari mereka.

Gangguan rasa nyaman merupakan keluhan yang sering dialami oleh ibu hamil trimester III, dengan berbagai manifestasi seperti nyeri punggung, sesak napas, gangguan tidur, dan kelelahan. Salah satu keluhan yang paling sering muncul adalah nyeri punggung, yang dilaporkan terjadi pada sekitar 20% hingga 80% ibu hamil. Kondisi ini dapat menghambat aktivitas sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup ibu, sehingga memerlukan perhatian dan penanganan yang adekuat untuk mendukung kesejahteraan ibu dan janin. (Prihatin, 2024).

Jika tidak ditangani dengan segera, gangguan kenyamanan berupa nyeri punggung bawah dapat berkembang menjadi nyeri punggung kronis yang

berlangsung dalam jangka panjang. Hal ini dapat meningkatkan risiko nyeri punggung pasca persalinan dan kondisi nyeri punggung yang lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Prihatin, 2024). Keluhan nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester III dapat berdampak pada ketidaknyamanan ibu dalam melakukan aktivitas. Ketika nyeri menyebar ke area pelvis dan lumbal, kondisi ini menyebabkan kesulitan bagi ibu untuk berjalan (Pangesti, 2022). Kondisi ini menyebabkan berkurangnya pasokan oksigen ke janin melalui plasenta, yang dapat memicu fetal distress atau gawat janin, penurunan gerakan janin, serta perubahan dalam detak jantung janin (Ningsih, 2020)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi gangguan kenyamanan, khususnya nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil trimester III, dapat diterapkan metode farmakologi maupun nonfarmakologi. Meskipun pengobatan farmakologi cenderung lebih efektif dibandingkan dengan metode nonfarmakologi, pendekatan ini memiliki biaya yang lebih tinggi dan berisiko menimbulkan efek samping yang dapat mempengaruhi ibu dan janin (Saudia & Sari, 2022). Sebaliknya, metode nonfarmakologi dianggap lebih menguntungkan karena memiliki sifat noninvasif, sederhana, efektif, dan bebas dari efek samping, serta dapat memberikan kepuasan tersendiri bagi ibu (Kurniasih, 2020).

Penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah pijat prenatal. Pijat prenatal adalah salah satu teknik perawatan tubuh yang dilakukan dengan cara mengusap, menekan, dan meremas secara lembut menggunakan tangan serta minyak pijat. Teknik ini bertujuan memberikan efek stimulasi dan relaksasi, melancarkan sirkulasi darah dan cairan limfe, serta mengoptimalkan dan memperkuat fungsi organ tubuh guna meningkatkan kesehatan dan kebugaran ibu

hamil. Selain manfaat fisik, pijat prenatal juga memiliki efek psikologis yang positif, seperti mengurangi tingkat stress dan kecemasan. Efek relaksasi yang dihasilkan oleh pijat prenatal diyakini dapat meningkatkan kualitas tidur, yang sangat penting bagi ibu hamil menjelang persalinan (Susanti, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Hardiani tahun 2022 menyimpulkan bahwa pijat hamil dan relaksasi napas dalam terbukti efektif dalam menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Pembantu (Pustu) Lasoani. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan tingkat nyeri setelah intervensi, dengan mayoritas ibu hamil mengalami perubahan dari nyeri berat menjadi nyeri ringan. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus mendalam tentang "Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Dengan Pijat Prenatal Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktik Mandiri Bidan"

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada karya tulis ini adalah "bagaimanakah Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman Dengan Pijat Prenatal Pada Ibu Hamil Trimester III Di Praktik Mandiri Bidan?"

C. Tujuan penulisan

1. Tujuan umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan pijat prenatal pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengkajian asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.
- c. Menyusun intervensi keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.
- d. Melaksanakan implementasi gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.
- e. Melakukan evaluasi asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.
- f. Memberikan tindakan inovasi pijat prenatal dengan masalah gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di praktik mandiri bidan.

D. Manfaat penulisan

1. Manfaat teoritis

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat:

- a. Menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat mengenai asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi pijat prenatal pada ibu hamil trimester III.
- b. Menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi pijat prenatal pada ibu hamil trimester III.

- c. Digunakan sebagai gambaran untuk penelitian selanjutnya terkait dengan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman dengan intervensi pijat prenatal pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat praktis

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat:

- a. Memberikan masukan bagi tenaga kesehatan dalam mengatasi gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III dengan pemberian pijat prenatal.
- b. Memberikan pengetahuan dan sikap kepada pasien dan keluarga terkait dengan pemberian pijat prenatal pada ibu hamil trimester III yang mengalami gangguan rasa nyaman.
- c. Memberikan manfaat sebagai acuan bagi pihak institusi kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III.

E. Metode penyusunan karya ilmiah

Proses penyusunan karya ilmiah akhir ners ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode deskriptif dan menggunakan pendekatan studi kasus mendalam pada ibu hamil trimester III yang ada di praktik mandiri bidan dengan dua kasus kelolaan yang mengalami masalah gangguan rasa nyaman. Pada karya ilmiah akhir ners ini, pengurusan surat ijin pengambilan data dilakukan dari bidang pendidikan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar praktik mandiri bidan, setelah mendapatkan surat balasan untuk proses pengambilan data selanjutnya melakukan pengkajian serta melakukan asuhan keperawatan kepada ibu hamil trimester III yang di mulai dari tanggal 10-16 Maret 2025 di PMB Dwi Mia Kabupaten Klungkung.

Data yang dikumpulkan dalam penyusunan karya ilmiah akhir ini ialah data primer, yaitu data yang didapatkan langsung dari pasien yang berisikan pengkajian keperawatan, identitas ibu, riwayat kesehatan ibu, riwayat persalinan ibu, serta keluhan ibu hamil trimester III secara subjektif maupun objektif (Sugiyono, 2019). Proses pengumpulan data dan pengambilan kasus dilakukan dengan melakukan pengkajian wawancara, pemeriksaan secara langsung, dan pendokumentasian. Pengolahan data dilakukan dengan langkah dan proses asuhan keperawatan dan pengelompokan data subjektif dan objektif pada ibu hamil trimester III selama pemberian intervensi pijat prenatal, kemudian data yang diperoleh disajikan dalam bentuk narasi atau format pembahasan yang terstruktur dan dapat disertakan dengan ungkapan verbal dari subjek sebagai data pendukung. Kemudian dilakukan pembahasan dengan membandingkan hasil penelitian sebelumnya dan teori yang relevan.