

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir. Kehamilan adalah rangkaian peristiwa yang baru terjadi bila ovum dibuahi dan pembuahan ovum berkembang menjadi fetus yang aterm menurut (Sukarni & Wahyu, 2013). Kehamilan yaitu suatu kondisi yang menimbulkan perubahan fisik maupun perubahan psikologis seorang wanita karena pertumbuhan dan perkembangan alat reproduksi dan janinnya (Arifin, 2015).

Kehamilan dibagi menjadi tiga trimester yaitu trimester pertama dimulai dari konsepsi sampai 12 minggu, kemudian trimester kedua dimulai dari minggu ke 13 sampai dengan minggu ke 27, trimester ketiga dimulai dari minggu ke 28 sampai dengan 40 minggu (Direktorat Bina Pelayanan Medik Dasar Departemen Kesehatan RI, 2007). Ibu hamil penting untuk mengetahui tentang persalinan dan program-program yang dapat meningkatkan kesiapan ibu dalam proses persalinan, terutama ibu primigravida. Ibu primigravida merupakan ibu hamil untuk pertama kali. Kurangnya pemahaman ibu primigravida tentang persiapan dan tanda-tanda persalinan dapat menyebabkan bahaya pada ibu (Prastika, 2017)

Kesiapan persalinan merupakan kesiapan sumber daya dan kemampuan serta kemauan untuk mencegah, mengatasi masalah, menangani masalah kesehatan dan membantu persalinan kepada ibu hamil dan ibu melahirkan serta melakukan pemeriksaan pada ibu hamil. Proses kesiapan persalinan ini tentu harus

mendapat dukungan dari tenaga kesehatan dalam meningkatkan kesiapan ibu menjelang persalinan (*Indonesian Ministry of Health, 2004*).

Penelitian Agarwal SV melaporkan bahwa masih rendahnya kesiapan ibu terhadap persalinan di Negara berkembang yaitu India 47,8%, Ethiopia 17% dan Nigeria 34,9% hal ini mendukung penelitian JHPIEGO (*The Hopkins Program for International Education In Gynecology and Obstetrics*) (2004) dikarenakan kurangnya kesiapan ibu mengenai persalinan untuk menghadapi kegawatdaruratan, yang merupakan komponen dari program keselamatan ibu bersalin secara global (Rika Agustina, 2017).

Selama proses kehamilan berlangsung terjadi perubahan secara fisik maupun psikologi yang akan dialami oleh seorang ibu. Perubahan fisik dan psikologi pada wanita hamil, lebih banyak terjadi pada umur kehamilan trimester ketiga. Perubahan tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan seperti mual dan muntah dipagi hari, meningkatnya frekuensi buang air kecil, pembesaran uterus, nyeri punggung, pergerakan janin, perubahan mood, serta peningkatan kecemasan. Kehamilan trimester ketiga lebih berorientasi pada realitas untuk orang tua yang menantikan kelahiran anak. Ikatan antara orang tua yang berfokus pada efek kemampuan mental dan fisik anak yang mungkin terjadi bercampur dengan khayalan tentang bayi yang akan lahir (Fauziah & Sutejo, 2012)

Perubahan fisik dan psikologis yang terjadi pada trimester ketiga dapat berpengaruh buruk terhadap perkembangan janin dan mengakibatkan stres berkepanjangan yang dapat berefek pada terhambatnya perkembangan janin. Perubahan fisik dan psikologis dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi dalam persalinan, sehingga diperlukan pencegahan dengan beberapa metode untuk

meringankan dan mempersiapkan ibu dalam menjaga kehamilan dan proses persalinan menurut (Sari & Puspitasari, 2016)

Metode untuk meringankan dan membantu ibu hamil dalam persiapan persalinan adalah dengan olahraga yang bertujuan untuk menjaga kesehatan tubuh dan janin agar berkembang dengan baik dan juga membuat emosi ibu tetap stabil. Jenis olahraga yang paling sesuai untuk ibu hamil adalah senam hamil. Senam hamil merupakan suatu bentuk olah raga atau latihan yang terstruktur. Bila ibu hamil melakukan latihan tersebut dengan benar, akan terasa efek relaksasi pada ibu hamil yang berguna untuk mengatasi kecemasan dan ketegangan yang ia rasakan selama kehamilan berlangsung menurut (Wahyuni & Layinatum Nimah, 2013)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Sidoarjo pada tahun 2015 menunjukkan bahwa hampir dari seluruh responden siap secara fisik dalam menghadapi persalinan yaitu sebanyak 10 responden (66,7 %) dan sebanyak 11 responden (73%) siap secara psikologis dalam menghadapi persalinan setelah mengikuti latihan fisik berupa kegiatan senam hamil (Berliana, 2015).

Senam hamil sangat penting dilakukan oleh ibu hamil setelah kehamilan mencapai 28 minggu. Tujuannya adalah untuk kenyamanan ibu selama kehamilan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan. Manfaat dilakukannya gerak badan selama kehamilan yaitu sirkulasi darah menjadi lancar menurut (Saminem, 2009).

WHO memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan mengalami kondisi yang berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwanya. Ibu yang melakukan senam secara

teratur selama kehamilannya, ketidaknyamanan yang dirasakan pada masa kehamilan akan lebih berkurang dan proses penyembuhan pasca persalinan akan lebih cepat dari pada ibu yang tidak mengikuti senam hamil menurut (Suratiah, 2010).

Dari data yang diperoleh di Puskesmas IV Denpasar Selatan diketahui bahwa pada tahun 2017 terdapat 134 Ibu Primigravida Trimester III yang telah melakukan kunjungan. Sesuai studi pendahuluan yang telah dilakukan senam hamil dilaksanakan oleh ibu hamil yang ingin mengikuti senam hamil diatas usia kehamilan 20 minggu. Senam hamil dilakukan setiap hari sabtu kurang lebih selama 30 menit dari pukul 09.30 sampai dengan pukul 10.00 dengan jumlah peserta 10 sampai 12 orang. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan terdapat 3 ibu primigravida trimester ketiga yang mengikuti senam hamil. Senam hamil bermanfaat untuk mengurangi keluhan-keluhan ibu saat kehamilan, memperkuat jantung dan paru, mempersiapkan psikologis ibu untuk menghadapi persalinan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui “Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada Ibu Primigravida Trimester III”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum Penelitian

Mengetahui Gambaran Asuhan Keperawatan Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III.

2. Tujuan Khusus Penelitian

Secara lebih khusus penelitian pada Ibu Primigravida Trimester III untuk meningkatkan Kesiapan Persalinan, bertujuan untuk:

- a. Mengidentifikasi pengkajian keperawatan pada ibu primigravida trimester III untuk meningkatkan kesiapan persalinan.
- b. Mengidentifikasi diagnosa keperawatan untuk meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.
- c. Mengidentifikasi intervensi keperawatan mengenai kesiapan persalinan pada ibu primigravida trimester III.
- d. Mengidentifikasi tindakan senam hamil pada ibu primigravida trimester III untuk meningkatkan kesiapan persalinan.
- e. Mengidentifikasi evaluasi keperawatan mengenai tindakan senam hamil pada ibu primigravida trimester III.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah, sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi suatu informasi kesehatan dan pengembangan ilmu keperawatan mengenai Gambaran Asuhan Keperawatan

Pemberian Senam Hamil Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan Pada Ibu Primigravida Trimester III.

- b. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi peneliti lain sebagai dasar acuan melakukan penelitian terkait pemberian senam hamil.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini adalah, sebagai berikut:

- a. Bagi masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu pemikiran bagi masyarakat dalam meningkatkan Kesiapan Persalinan pada Ibu Primigravida Trimester III.

- b. Bagi penulis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran tersendiri bagi penulis, dan sebagai tugas akhir dalam jenjang pendidikan Diploma III yang ditempuh peneliti.

- c. Bagi ilmu pengetahuan dan teknologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan pertimbangan bagi perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan kepada Ibu Primigravida Untuk Meningkatkan Kesiapan Persalinan.