

# BAB I

## PENDAHULUAN

### **A. Latar Belakang**

Kehamilan dan pengalaman bersalin merupakan salah satu peristiwa terbesar dalam kehidupan seorang perempuan. Kehamilan adalah suatu peristiwa yang alami dan fisiologis (Azward *et al.*, 2021). Kehamilan merupakan transisi kehidupan perempuan yang matur secara reproduksi dan akan menjadi seorang ibu. Kehamilan dapat memberikan pengalaman yang bahagia bagi ibu, tetapi pada kasus-kasus tertentu kehamilan dapat mengalami gangguan, komplikasi bahkan meningkatkan risiko Angka Kematian Ibu (AKI) (Alita, 2020).

Selama masa kehamilan terjadi perubahan yang dramatis, baik perubahan fisiologis, psikologis, maupun adaptasi yang memengaruhi wanita hamil. Perubahan yang dialami selama masa kehamilan dapat memengaruhi wanita hamil sehingga dapat menyebabkan timbulnya berbagai keluhan (Azward *et al.*, 2021). Ketika memasuki kehamilan trimester III semakin banyak keluhan yang dirasakan oleh ibu baik keluhan yang bersifat psikis maupun fisik dan memberikan dampak terhadap rasa nyaman ibu hamil (Sukorini, 2017). Keluhan pada ibu hamil terutama trimester ketiga kehamilan, seperti sesak napas, nyeri punggung bawah, wasir, gangguan tidur, nyeri di daerah panggul, pusing, kram perut, kram kaki, sering buang air kecil, dan ketidaknyamanan karena kontraksi tiba-tiba dan cemas (Azward *et al.*, 2021).

Keluhan yang dirasakan disebabkan oleh perubahan yang dialami ibu hamil diantaranya kadar hormon progesteron dan estrogen, uterus yang membesar, sistem sirkulasi, peningkatan frekuensi berkemih, nyeri, payudara membesar, kelelahan,

dan kepanasan. Volume darah meningkat dan respons dilatasi otot mengakibatkan adaptasi lainnya berupa konstipasi, varises, hemoroid, penurunan motilitas usus (Mota *et al.*, 2015). Perubahan psikologis yang dialami selama kehamilan berupa stres, peningkatan kecemasan, penurunan harga diri, citra tubuh, konsep diri, dan motivasi (Nayak *et al.*, 2015).

Perubahan yang dialami selama masa kehamilan tersebut dapat menyebabkan timbulnya gangguan rasa nyaman pada ibu hamil. Gangguan rasa nyaman adalah perasaan kurang senang, lega dan sempurna dalam dimensi fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial (PPNI, 2016). Terjadinya gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III karena tidak mampu beradaptasi terhadap kehamilannya dapat memicu gangguan yang lebih berat atau bahkan menyebabkan komplikasi kehamilan (Nayak *et al.*, 2015). Rasa nyaman pada ibu hamil trimester III perlu diperhatikan untuk tetap menjaga kesehatan ibu selama hamil serta memberikan cukup energi saat persalinan (Sukorini, 2017).

Berdasarkan data kunjungan ibu hamil di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I dengan melihat data rekam medik pasien dan kunjungan dalam dua bulan terakhir yaitu pada awal bulan Januari sampai bulan Februari 2022 didapatkan jumlah ibu hamil trimester III sebanyak 24 orang. Keluhan ibu hamil fisiologis pada trimester III, antara lain 8 orang mengeluh sering buang air kecil (33,33%), 6 orang mengeluh gangguan tidur (25%), 6 orang mengeluh nyeri punggung atas bawah (25%), dan 4 orang mengeluh nyeri simpisis (16,67%).

Upaya untuk menurunkan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III salah satunya dapat dilakukan dengan cara berolahraga. Salah satu olahraga yang dibutuhkan ibu hamil adalah teknik relaksasi, seperti yoga, terapi musik, renang,

relaksasi napas dalam, dan jalan kaki. Dalam hal ini prenatal yoga menggabungkan aktivitas kompleks yang mengandung peregangan, gerakan, meditasi, pernapasan, daya tahan, keseimbangan, dan apresiasi. Hal terpenting dalam berlatih yoga harus disertai dengan teknik pernapasan untuk memberikan oksigen ke seluruh tubuh sehingga berada pada puncaknya yang maksimal. Tujuan dari prenatal yoga adalah untuk mempersiapkan ibu hamil secara fisik, mental, dan spiritual untuk persalinan. Ibu hamil dengan persiapan yang matang akan lebih percaya diri untuk menjalani persalinan dengan bersih dan aman (Azward *et al.*, 2021).

Dalam penelitian yang pernah dilakukan oleh Rong *et al.* (2020) dengan judul penelitiannya “*The effectiveness of prenatal yoga on delivery outcomes: A meta-analysis*”, menunjukkan bahwa dari tujuh penelitian yang melibatkan 808 wanita hamil, hasil penelitian mengungkapkan bahwa prenatal yoga merupakan pengobatan komplementer yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisiologis dan psikologis selama kehamilan, meningkatkan persalinan pervaginam, menurunkan persalinan prematur, memperpendek durasi persalinan, serta tidak meningkatkan risiko cedera janin.

Berdasarkan penelitian Gustina dan Nurbaiti (2020) yang berjudul “Pengaruh Prenatal Care Yoga terhadap Pengurangan Keluhan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi”, mengungkapkan hasil bahwa terdapat pengaruh prenatal yoga terhadap pengurangan keluhan ketidaknyamanan ibu hamil trimester III di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi yang dilakukan sebanyak empat kali selama empat minggu berturut-turut terhadap 32 ibu hamil dengan kunjungan K4 ke Puskesmas Putri Ayu.

Penelitian serupa lainnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Patiyah dkk. (2021) dalam judul penelitiannya “Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Kenyamanan Ibu Hamil Trimester III”, hasil penelitian berupa skor rata-rata ketidaknyamanan ibu hamil sebelum senam prenatal yoga 1,78, sedangkan setelah senam prenatal yoga menjadi 1,03 dari total 40 responden menunjukkan senam prenatal yoga mampu mengurangi ketidaknyamanan selama masa kehamilan trimester III.

Fenomena di lapangan dari 24 ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat hanya empat ibu hamil (16,67%) yang melakukan latihan prenatal yoga. Hal ini dikarenakan ibu hamil belum begitu memahami manfaat prenatal yoga untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan selama masa kehamilan trimester III. Walaupun saat ini sudah banyak adanya kelas prenatal yoga, terutama yang dipimpin oleh para bidan, masih banyak ibu hamil yang memilih untuk mengurangi aktivitas fisik agar rasa ketidaknyamanan dapat diminimalkan. Namun, cara tersebut ternyata hanya mampu mengurangi rasa ketidaknyamanan sesaat ketika mereka beristirahat. Pada saat melakukan aktivitas kembali, ibu hamil akan merasakan gangguan rasa nyaman kembali.

Berdasarkan fenomena yang sudah diuraikan dan penelitian yang telah dibahas sebelumnya bahwa terapi prenatal yoga mampu mengurangi gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III, maka penulis tertarik untuk membuat Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan mengangkat judul “Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah, yaitu “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III di Poskesdes Selat Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I?”

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum dari penulisan karya ilmiah ini adalah mengetahui pelaksanaan asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.

### **2. Tujuan khusus**

Adapun tujuan khusus dari penulisan karya ilmiah ini adalah sebagai berikut.

- a. Mengidentifikasi pengkajian asuhan keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.
- b. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.
- c. Mengidentifikasi rencana keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.
- d. Mengidentifikasi implementasi keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.
- e. Mengidentifikasi evaluasi keperawatan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.

- f. Menganalisis pemberian terapi prenatal yoga sebagai intervensi inovasi pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman di Poskesdes Selat wilayah kerja Puskesmas Sukasada I dengan konsep *evidence based practice* atau penelitian terkait.

## **D. Manfaat Penulisan**

### **1. Manfaat teoritis**

Manfaat secara teoritis dari penulisan studi kasus ini, diharapkan dapat memberikan manfaat untuk pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan khususnya maternitas, yaitu mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman melalui terapi prenatal yoga. Hasil penulisan ini juga diharapkan sebagai referensi untuk penulis selanjutnya dalam melakukan pengembangan serupa mengenai terapi prenatal yoga pada asuhan keperawatan dengan gangguan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III.

### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penulisan studi kasus ini ini dapat dijadikan sebagai pedoman bagi tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan yang komprehensif dan sesuai standar serta menambah keterampilan dalam melakukan asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman melalui terapi prenatal yoga.

- b. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Hasil penulisan studi kasus ini dapat memberikan informasi kepada institusi pelayanan kesehatan dalam menyusun asuhan keperawatan maternitas untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu hamil serta bayi baru lahir.