

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah proses dimana sel sperma dan ovum bertemu di dalam indung telur (ovarium) menggunakan konsepsi sampai zigot tumbuh dan menempel pada dinding rahim, membentuk plasenta dan berkembang hingga lahirnya janin (Efendi et al., 2022). Kehamilan adalah proses pertemuan sel telur dengan spermatozoa untuk membentuk zigot hingga terlahirnya janin selama 40 minggu atau 9 bulan 7 hari, dihitung dari hari pertama haid terakhir. Menurut kalender internasional, kehamilan biasanya berlangsung selama 40 minggu atau 9 bulan, jika dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi. Kehamilan terdiri dari tiga trimester, dengan trimester pertama berlangsung selama dua belas minggu, trimester kedua lima belas minggu, serta trimester ketiga tiga belas minggu (Kartikasari & Nuryanti, 2016).

Kehamilan juga sebagai periode yang sulit karena banyak perubahan fisik, mental dan hormonal yang terjadi. Ibu akan mengalami kelelahan pada awal kehamilan, serta mual muntah yang akan bertahan hingga usia kehamilan dua belas minggu. Berat badan ibu mulai meningkat seiring dengan pertumbuhan janin selama trimester kedua. Setelah memasuki akhir kehamilan, ibu mengalami peningkatan keluhan seperti postur tubuh lordosis. Hal itu disebabkan karena beban perut yang meningkat lalu menarik tubuh ke belakang hingga mengganggu keseimbangan tubuhnya (Ika Sukarsih et al., 2021). Perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan terkait erat dengan perubahan psikologis yang terjadi. Suasana hati ibu hamil dapat berubah karena banyaknya ketidaknyamanan yang dialaminya (Ika Sukarsih et al., 2021). Perubahan-perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan.

Rasa tidak nyaman ibu hamil biasanya berbeda – beda pada trimester kehamilan. Ketidaknyamanan yang umum terjadi pada ibu hamil di

trimester ketiga termasuk konstipasi atau sembelit, edema atau pembengkakan, insomnia, nyeri punggung bawah (nyeri pinggang), kegerahan, sering buang air kecil, hemoroid, perut kembung, sakit kepala, susah bernafas, dan varices (Fitriani, 2019). Seperti yang dinyatakan oleh Efendi et al., (2022) gejala yang dialami ibu hamil di trimester ketiga termasuk buang air kecil, kram pada kaki, masalah tidur, edema, masalah pernafasan, dan hemoroid. Fisiologi hamil akan berubah selama trimester ketiga, terutama karena turunnya kepala janin yang menekan kandung kemih yang menyebabkan seringnya buang air kecil, serta uterus yang semakin membesar menyebabkan kesulitan bernafas sehingga sulit buang air besar.

Nyeri menjadi masalah yang umum selama kehamilan terutama saat memasuki trimester ketiga. Menurut *International Society for The Study of Pain*, “Pengalaman sensorik dan emosi tidak menyenangkan yang menyebabkan kerusakan pada jaringan baik actual maupun secara potensial” adalah definisi dari nyeri. Selama kehamilan, nyeri menyebabkan seorang mengalami ketakutan dan kecemasan, meningkatkan stress dan mengalami perubahan fisik secara signifikan. Kecemasan dan nyeri bekerjasama untuk memperburuk satu sama lain (Arummega et al., 2022). Nyeri punggung ibu hamil adalah salah satu keluhan yang paling sering diungkapkan oleh ibu hamil. Nyeri ini dapat berkisar dari 50% hingga 80% dan bahkan 8% diantaranya dapat menyebabkan kecacatan berat (Purnamasari, 2019).

Tanda – tanda ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil termasuk nyeri di bagian punggung bawah. Ada beberapa adaptasi musculoskeletal yang perlu diperhatikan karena meningkatnya berat badan, pergeseran pusat berat tubuh karena rahim yang semakin besar. Rasa sakit meningkat dengan instabilitas pada sendi sakroiliaka dan lorodsi lumbal. Hal ini menunjukkan bahwa ketika otot abdomen mulai meregang, otot di sekitar panggul dan punggung bawah menjadi tidak seimbang dan terasa di atas ligament (Arummega et al., 2022).

Penyebab seseorang mengalami nyeri punggung terkadang berasal dari sakroiliaka atau lumbal, yang menyebabkan ketidaknyamanan di area punggung dan masalah jangka panjang dengan keseimbangan bagian otot dan stabilitas pelvis. Jika seseorang telah mengalami nyeri punggung pada kehamilan sebelumnya atau memiliki Riwayat nyeri punggung pada kehamilan sebelumnya maka kemungkinan mengalami nyeri punggung pada kehamilan berikutnya meningkat (Arummega et al., 2022).

Prevalensi terjadinya nyeri pada punggung bawah ibu hamil terjadi yaitu 50% di Amerika Serikat, Kanada, Ice land, Turki, dan Korea. Di negara non-Skandinavia seperti Amerika bagian utara, Afrika, Timur Tengah, Norwegia, Hongkong, dan Wigeria, nyeri punggung bawah ibu hamil lebih umum dengan prevalensi antara 21% - 89,9%. Di Indonesia prevalensi ini mencapai 60% - 80% (Handayani et al., 2021).

Pijat ibu hamil dapat membantu ibu hamil merasa lebih nyaman, terutama selama kehamilan trimester ketiga. Pijat ibu hamil dapat meredakan sakit kaki dan punggung, pembengkakan, kualitas tidur yang lebih baik, kecemasan, dan depresi. Menurut beberapa penelitian, pijat ibu hamil dapat meredakan sakit kakidan punggung, mengurangi pembengkakan, meningkatkan kualitas tidur, mengurangi kecemasan dan depresi (Ika Sukarsih et al., 2021). Upaya untuk mengurangi rasa nyeri dapat menggunakan cara farmakologi dan non farmakologi. Dokter dapat merekomendasikan obat anti nyeri (analgesic) untuk ibu hamil. Sedangkan terapi nonfarmakologi dapat dilakukan oleh perawat atau keluarga dengan memberikan *Endorphin Massage* (Kartikasari & Nuryanti, 2016).

Endorphin Massage adalah pijatan atau sentuhan ringan yang sangat penting untuk ibu hamil menjelang kelahiran. Dengan pijatan ini, tubuh dapat melepaskan senyawa yang disebut *endorphin*, yang berfungsi sebagai Pereda rasa sakit dan menciptakan rasa nyaman. *Endorphin* sudah lama dikenal sebagai zat yang memiliki banyak manfaat. Beberapa diantaranya adalah mengontrol produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa sakit dan nyeri yang menetap (Kartikasari & Nuryanti, 2016).

Studi pendahuluan yang dilakukan dari tanggal 22 hingga 23 Januari 2024 menemukan bahwa di 9 desa wilayah kerja Puskesmas Kayumas ada 56 ibu hamil trimester III, salah satunya di desa Bandungan yang memiliki 4 ibu hamil trimester III. Dari 4 ibu hamil yang diwawancarai, ditemukan bahwa 3 dari ibu hamil mengalami keluhan nyeri punggung sedang yang mengganggu aktivitas mereka. Satu ibu hamil juga mengeluhkan nyeri punggung ringan yang tidak sampai mengganggu aktivitas.

Tenaga kesehatan di poli KIA Puskesmas Kayumas membantu ibu hamil menangani nyeri punggung dengan mengajarkan mereka untuk mengurangi aktivitas dengan berdiri, jongkok, dan berjalan yang terlalu lama untuk mencegah kelelahan, menganjurkan untuk lebih banyak istirahat, serta tidak mengangkat beban yang terlalu berat. Berdasarkan masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk memberikan implementasi *endorphin massage* pada dua kasus ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung di wilayah kerja Puskesmas Kayumas.

1.2 Batasan Masalah

Batasan masalah pada studi kasus ini adalah Asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung melalui intervensi *endorphin massage*.

1.3 Rumusan Masalah

Selama kehamilan banyak perubahan fisik, mental dan hormonal yang terjadi. Ibu hamil mengalami perubahan fisiologis dan psikologis selama kehamilan, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan. Nyeri punggung adalah salah satu masalah yang paling sering dialami ibu hamil. Untuk mengurangi rasa sakit terdapat metode farmakologi dan nonfarmakologi. Dokter mungkin menyarankan ibu hamil untuk menggunakan analgesic (obat anti nyeri). sedangkan perawat atau keluarga pasien dapat melakukan

terapi nonfarmakologi dengan memberikan *Endorphin Massage* (Kartikasari & Nuryanti, 2016).

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung melalui intervensi *endorphin massage* ?.

1.4 Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui bagaimana memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi *endorphin massage* secara komprehensif untuk ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di wilayah kerja puskesmas kayumas.
- b. Merumuskan masalah atau diagnosis keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di wilayah kerja puskesmas kayumas.
- c. Menyusun intervensi keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di wilayah kerja puskesmas kayumas.
- d. Melakukan implementasi keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di wilayah kerja puskesmas kayumas.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan mengenai asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung di wilayah kerja puskesmas kayumas.

1.5 Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini dapat digunakan oleh institusi dan profesi keperawatan yang diberikan kepada ibu hamil trimester III yang mengalami masalah nyeri punggung dengan menggunakan tindakan *endorphin massage*.

2. Manfaat Praktis

a. Pasien

Ibu hamil yang merasakan nyeri punggung dapat mengetahui dan melakukan upaya untuk meningkatkan kenyamanan dengan *endorphin massage*.

b. Perawat

Perawat dapat memilih intervensi keperawatan yang tepat bagi ibu hamil untuk mengurangi intensitas nyeri punggung.

c. Puskesmas

Sebagai saran dan dapat menerapkan dan mengevaluasi penggunaan penggunaan *endorphin massage* untuk mengurangi nyeri punggung pada punggung kehamilan trimester III.

d. Institusi Pendidikan

Studi kasus ini dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan asuhan keperawatan pada kehamilan trimester III dengan masalah keperawatan nyeri punggung dengan menggunakan tindakan *endorphin massage*, dan menjadi pedoman untuk penulisan studi kasus tambahan.

e. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat berfungsi sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang dan membantu dalam pengembangan yang lebih baik.