

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan Trimester III Merupakan periode kehamilan bulan terakhir/ sepertiga masa kehamilan terakhir yang dimulai pada minggu ke-27 sampai kehamilan cukup bulan 38 sampai 40 minggu. Ketidaknyamanan fisik dan gerakan janin sering mengganggu istirahat ibu. Dispnea, peningkatan urinasi, nyeri punggung, konstipasi, dan varises dialami oleh kebanyakan wanita pada kehamilan tahap Akhir (Soekardjo, 2018:66). Trimester tiga sering disebut priode penantian dengan penuh kewaspadaan. Pada periode ini wanita mulai menyadari kehadiran bayi sebagai makhluk yang terpisah sehingga ia menjadi tidak sabar menanti kehadiran sang bayi. Ada perasaan was-was mengingat bayi dapat lahir kapan pun. Hal ini membuatnya berjaga-jaga sementara ia memperhatikan dan menunggu tanda dan gejala persalinan muncul (Soekardjo, 2018:66).

Kehamilan Trimester ketiga, ibu hamil akan berlangsung terjadinya perubahan fisiologis secara alami yang memerlukan adaptasi terhadap penyesuaian pola hidup dengan proses kehamilan tersebut. Perubahan fisiologis pada ibu hamil Trimester III lebih kompleks dan meningkat dibanding trimester sebelumnya, dikarenakan kondisi kehamilan yang semakin membesar. Beberapa perubahan fisiologis ibu hamil yaitu meningkatnya kadar hormon estrogen dan progesteron, uterus yang membesar, peningkatan frekuensi berkemih, payudara membesar dan mudah lelah (Mardalena.dkk. 2022).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2017) melaporkan bahwa 41,8% ibu hamil di seluruh dunia mengalami kesulitan tidur, khususnya insomnia, selama trimester kedua dan ketiga kehamilan. *National Sleep Foundation* (2017) melaporkan bahwa gangguan tidur mempengaruhi 48,2% ibu hamil di Asia, 57,1% di Afrika, 24,1% di Amerika, dan 25,1% di Eropa. Sedangkan di Indonesia, terdapat angka kejadian gangguan tidur pada ibu hamil yang signifikan. Sekitar 64% ibu hamil yang menjalani operasi caesar mengalami sleep apnea, sedangkan sekitar 36% menderita preeklamsia (L.P. Sari & Dahniar, 2021).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2023, Kunjungan ibu hamil K4 di Provinsi Jambi sebesar 88% yang berarti telah mencapai target yang ditetapkan Provinsi Jambi yaitu sebesar 78% (Dinkes Provinsi Jambi, 2023). Sedangkan data dari Pencapaian Kunjungan ibu hamil K4 di Kota Jambi yaitu sebesar 93,6% (Dinkes Kota Jambi, 2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 11.171 orang. Berdasarkan data yang diperoleh dari TPMB Nida Aigus pada bulan Januari-Februari tahun 2025, diperoleh jumlah kunjungan K4 sebanyak 8 orang dan 2 diantaranya mengalami gangguan tidur. Hal ini diketahui berdasarkan data subjektif yang disampaikan oleh ibu, dimana ibu mengatakan tidak bisa memulai tidur lebih awal, ibu terbangun karena gerakan janin yang terlalu aktif, sering terbangun di malam hari untuk buang air kecil, mengalami kesulitan untuk tidur karena merasa cemas dan khawatir akan persalinannya, dan sulit menentukan posisi yang nyaman pada saat tidur. Dari 2 orang ibu hamil trimester III yang mengeluh susah tidur, rata-rata memiliki jam tidur pukul 23.00 WIB dan hanya memiliki waktu tidur efektif sekitar

kurang dari 5 jam setiap harinya, hal-hal inilah yang pada akhirnya menurunkan kualitas tidur ibu (TPMB Nida Aigus, 2025).

Dalam penelitian Mongi (2022), mengatakan bahwa Ibu hamil Trimester III di Indonesia sebanyak 97% mengalami gangguan tidur. Gangguan tidur yang dialami dapat membuat ibu hamil menurun konsentrasi, mudah lelah, badan terasa pegal, tidak mood bekerja, dan cenderung emosional serta menghadapi stamina yang menurun drastis.

Pemerintah di Indonesia memiliki penanganan yang tepat ibu hamil yaitu salah satunya dengan aktivitas dan latihan fisik yang dicantumkan pada buku KIA atau Kesehatan Ibu Anak. Aktivitas dan latihan fisik tersebut seperti ibu hamil trimester III dapat melakukan gerak pemanasan, latihan kegel, senam hamil, pendinginan. Kegiatan tersebut termasuk dapat membantu mengurangi gangguan pola tidur ibu hamil secara tidak langsung (Kemenkes RI, 2021). Kegiatan ini sesuai dengan program yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan salah satunya kelas ibu hamil terkhusus senam hamil. Tenaga kesehatan Bidan dalam melakukan pelayanan ANC terpadu 10 T bertujuan untuk memenuhi hak setiap ibu hamil untuk mendapatkan yang berkualitas sehingga mampu menjalani kehamilan dengan sehat, bersalin dengan selamat, dan melahirkan bayi yang sehat.

Dalam penelitian Mongi (2022), mengatakan bahwa senam hamil merupakan latihan gerak untuk mempersiapkan saat masa persalinan baik secara fisik maupun mental. Senam hamil ini dapat mengurangi komplikasi yang terjadi pada masa kehamilan karena mempunyai manfaat untuk melatih pernafasan dan menguatkan otot panggul. Selanjutnya dalam penelitian Herdiani dan Simatupang (2019), mengatakan bahwa senam hamil jika dilakukan secara teratur dan terukur maka akan meningkatkan

kualitas tidur dan menguasai teknik-teknik pernafasan serta diri kepada ketenangan. Hal ini akan berpengaruh terhadap kualitas tidur ibu hamil pada Trimester III, karena dapat memberikan efek *relaksasi* pada ibu hamil yang bisa berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur ibu hamil.

Dampak terganggunya tidur ibu hamil yaitu saat beradaptasi sistem pernafasan akan mempengaruhi pasokan oksigen di otak. Dalam penelitian Alita (2020), mengatakan bahwa Ibu hamil dengan kualitas tidur yang buruk meningkatkan respon inflamasi melalui sekresi sitokin. Sitokin yang diproduksi berlebih akan mempengaruhi arteri ke plasenta sehingga menyebabkan gangguan sirkulasi dan persalinan prematur. Oleh karena itu, kualitas tidur yang baik pada ibu hamil berdampak positif bagi perencanaan persalinan yang baik dan lancar sehingga dibutuhkan penanganan tepat agar mencapai kenyamanan selama kehamilan (Alita, 2020).

TPMB Nida Aigus merupakan TPMB yang terletak di Aurduri Kota Jambi. TPMB Nida Aigus memberikan pelayanan seperti pelayanan kesehatan ibu hamil, pertolongan persalinan, pelayanan kesehatan ibu nifas, pelayanan kesehatan pada neonates, bayi, balita dan anak prasekolah, pelayanan keluarga berencana dan lain lain.

B. Batasan Masalah

Laporan tugas akhir ini dibatasi berdasarkan pada asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran hasil asuhan kebidanan dengan senam hamil untuk meningkatkan kualitas tidur pada ibu hamil trimester III, di TPMB Nida Aigus dengan menggunakan manajemen varney.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran hasil pengumpulan data dasar pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.
- b. Diketahui gambaran hasil interpretasi data dasar pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.
- c. Diketahui gambaran hasil identifikasi diagnosa dan masalah potensial pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.
- d. Diketahui gambaran hasil identifikasi kebutuhan yang memerlukan penanganan segera pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.
- e. Diketahui gambaran hasil merencanakan asuhan yang menyeluruh pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.

- f. Diketahui gambaran hasil melaksanakan perencanaan pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.
- g. Diketahui gambaran hasil evaluasi pada asuhan kebidanan ibu hamil trimester III dengan gangguan tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri tahun 2025.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi TPMB Nida Aigus

Sebagai bahan masukan agar dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan kebidanan mulai dari pendekatan manajemen asuhan kebidanan dan pelaksanaan asuhan kebidanan kehamilan.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Jambi Jurusan Kebidanan

Menambah bahan bacaan untuk perpustakaan, agar dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan kebidanan mulai dari pendekatan manajemen asuhan kebidanan Kehamilan dan sebagai bahan informasi bagi mahasiswa prodi DIII kebidanan.

3. Bagi Pemberi Asuhan Lainnya

Sebagai evaluasi dan masukan untuk pengalaman, wawasan, dan pengetahuan dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil.

E. Ruang Lingkup

Studi kasus ini merupakan Asuhan kebidanan pada ibu Hamil Trimester III dengan penatalaksanaan Senam Hamil untuk meningkatkan kualitas tidur ibu di TPMB Nida Aigus, di Aurduri Tahun 2025 yang bertujuan untuk memperoleh gambaran hasil pada asuhan kebidanan ibu Hamil Trimester III dengan gangguan pola tidur di TPMB Nida Aigus di Aurduri. Subjek kasus ini adalah ibu Hamil trimester III dengan gangguan tidur. Asuhan kebidanan ini dilaksanakan pada bulan Februari 2025 - Juli 2025 Asuhan kebidanan ini dilakukan di TPMB Nida Aigus di Aurduri Tahun 2025 dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan dan didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Pengumpulan data dilakukan dengan Teknik wawancara dan pemeriksaan fisik.