

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses kehamilan adalah proses alami. Wanita hamil akan mengalami perubahan fisiologis dan psikologis selama kehamilan. Ketidaknyamanan yang berkaitan dengan kehamilan merupakan hal yang umum, meskipun fisiologis, dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Ketidaknyamanan yang berkaitan dengan kehamilan meliputi mual, muntah, *ptyalism* (air liur berlebih), pusing, keringat berlebih, kelelahan, sembelit, sering buang air kecil, nyeri punggung, nyeri perut bagian bawah, palpitasi, kram dan pembengkakan kaki, serta gangguan tidur (Tyastuti, Dkk, 2018:107-113).

Sakit punggung adalah salah satu nyeri yang umum. Sakit punggung adalah masalah kehamilan yang umum terjadi dan dapat terjadi kapan saja selama kehamilan dan tidak terbatas pada trimester tertentu. Keluhan yang umum adalah sakit punggung, dan mungkin saja Anda pernah mengalami nyeri punggung sebelumnya. Di sisi lain, nyeri punggung bisa menjadi masalah ringan jika terjadi untuk pertama kalinya selama kehamilan. Dua puluh hingga 25 persen wanita hamil mengalami sakit punggung. Masalah ini meningkat dari minggu ke-24 hingga persalinan dan dimulai paling cepat pada minggu ke-12 kehamilan. Ibu sering mengalami nyeri di malam hari akibat peningkatan aliran darah vena ke lambung, yang disebabkan oleh pergerakan cairan dari ruang intraseluler ke *ekstraseller* akibat aktivitas ibu (Munthe, Dkk, 2021: 42).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kehamilan yakni proses sembilan bulan di mana seorang wanita mengandung embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya. Menurut Kementerian Kesehatan

Indonesia, kehamilan adalah proses pembuahan alami yang menghasilkan pertumbuhan janin di dalam rahim ibu. Trimester pertama berlangsung selama 12 minggu pada awal kehamilan, trimester kedua berlangsung selama 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga berlangsung selama 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40), menurut pernyataan Pratiwi dalam buku tentang kehamilan remaja dan pemahaman aborsi.

Berdasarkan hasil survei, 50% ibu hamil di Inggris dan 70% ibu hamil di Australia mengalami nyeri punggung bawah. Terdapat 5.221.784 ibu hamil di seluruh Indonesia, menurut Laporan Profil Data Kesehatan Indonesia 2022, dan 67.728 ibu hamil di Provinsi Jambi, menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi. Ditemukan bahwa 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung ringan dan 60–80% ibu hamil di berbagai wilayah Indonesia mengalami nyeri punggung sedang; secara keseluruhan, persentase ibu hamil yang mengalami nyeri punggung adalah 47–60%.

Kondisi ini memengaruhi semua ibu hamil dan terjadi pada trimester kedua dan ketiga. Ketidaknyamanan punggung yang tidak ditangani dapat menimbulkan konsekuensi jangka panjang, termasuk penurunan mobilitas, kesulitan melakukan tugas sehari-hari, dan kesulitan mengurus anak lain. Selain itu, kelelahan dan otot tegang dapat terjadi akibat nyeri punggung. Ketidakseimbangan hormon dapat menyebabkan kelelahan, iritasi, dan ketidaknyamanan saat beraktivitas, sementara postur tubuh yang membungkuk dapat menyebabkan nyeri punggung.

Pada trimester ketiga kehamilan, bidan menawarkan layanan kesehatan untuk mencegah dan mengelola nyeri punggung. Pijat endorfin merupakan salah satu pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis untuk nyeri punggung.

Selama masa menjelang dan selama persalinan, ibu hamil dapat memperoleh manfaat dari pendekatan pijat lembut ini. Selain memberikan rasa rileks, pijat ini dapat mendorong tubuh melepaskan endorfin, yang merupakan pereda nyeri alami. Pijat endorfin memiliki beberapa manfaat, seperti meningkatkan relaksasi dan menurunkan kesadaran akan nyeri dengan meningkatkan aliran darah ke area yang nyeri, mengaktifkan reseptor sensorik di kulit dan otak di bawahnya, mengubah kulit, meningkatkan sirkulasi lokal, mendorong pelepasan endorfin, dan menurunkan stimulasi katekolamin endogen pada ujung saraf eferen, yang menghambat rangsangan nyeri (Aprilia, 2010). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2021, yang mengatur tentang pelayanan kesehatan sebelum kehamilan, selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas, serta pemberian pelayanan kontrasepsi dan pelayanan kesehatan seksual, memberikan kewenangan kepada bidan untuk memberikan asuhan pada kehamilan normal (Permenkes RI, 2021).

Menurut sebuah studi (Puteri & Handayani, 2025), ibu hamil yang dipijat mengaku mengalami sirkulasi darah yang lebih baik, daya tahan tubuh yang lebih baik, ketegangan otot dan saraf yang lebih sedikit, serta kejang otot yang lebih sedikit selama trimester terakhir kehamilan. Selain itu, ibu hamil yang dipijat melaporkan nyeri punggung yang lebih sedikit, kualitas tidur yang lebih baik di tahap akhir kehamilan, dan kemungkinan tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi (Megasari, 2020).

Karena pijat prenatal meningkatkan energi dan mengurangi rasa lelah dengan melepaskan produk limbah metabolisme dari sistem peredaran darah dan limfatik tubuh, pijat dapat membantu meredakan nyeri punggung dan ketidaknyamanan selama kehamilan. Wanita yang dipijat selama kehamilan

melaporkan merasa lebih segar dan mengurangi rasa sakit akibat kekakuan, ketegangan, dan kram. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa sirkulasi yang lebih baik meningkatkan tekanan darah dan meningkatkan fungsi jantung. Selain itu, dengan menghasilkan endorfin, pijat membantu relaksasi ibu (Pangesti et al., 2022).

Berdasarkan data yang didapat di PMB nelly Bambang tahun 2023-2024 terdapat 293 ibu hamil yang menjalankan ANC dengan usia kehamilan trimester III dan tercatat 38 orang ibu hamil mengeluh nyeri punggung, dan pada bulan Desember 2024 dari 12 orang yang melakukan ANC, 3 orang ibu hamil mengeluh merasakan nyeri punggung. Sedangkan pada bulan Januari 2025 9 dari 21 pasien ANC merupakan ibu hamil trimester III serta 7 mengeluh merasakan nyeri punggung. Ini menggambarkan bahwasanya Sebagian besar ibu hamil trimester III di PMB Nelly Bambang merasakan nyeri punggung.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis akan melakukan asuhan kebidanan kehamilan fisiologis pada Ny. P dengan nyeri punggung pada trimester III di PMB Nelly bambang Tahun 2025.

B. Batasan Masalah

Laporan tugas akhir ini hanya dibatasi pada Asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. P trimester III dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi Tahun 2025.

C. Tujuan penulisan

1. Tujuan Umum

Laporan tugas akhir ini hanya dibatasi pada asuhan kebidanan kehamilan pada NY. P trimester III di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025 dengan nyeri punggung.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk memperoleh gambaran pengkajian data dasar ibu hamil trimester III fisiologis Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025
- b. Untuk memperoleh gambaran diagnosa masalah dan kebutuhan ibu hamil fisiologis Ny. P trimester III dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025.
- c. Untuk memperoleh gambaran diagnosa potensial pada ibu hamil trimester III fisiologis Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025.
- d. Untuk memperoleh gambaran tindakan segera pada ibu hamil trimester III fisiologis Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Nelly bambang Muaro Jambi Tahun 2025.
- e. Untuk memperoleh gambaran menyusun rencana asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III fisiologis NY. P dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi Tahun 2025
- f. Untuk memperoleh pelaksanaan rencana Tindakan pada ibu hamil trimester III fisiologis Ny. P dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025.
- g. Untuk memperoleh gambaran mengevaluasi asuhan kebidanan kehamilan pada Ny. P trimester III dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang tahun 2025.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Poltekkes Kemenkes Jambi Jurusan Kebidanan

Sebagai bahan penilaian proses pembelajaran bagi mahasiswa dan

sebagai umpan balik bagi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi dalam rangka penerapan dan pelaksanaan ilmu pengetahuan dan keterampilan serta memberikan asuhan kebidanan kepada Ibu P yang mengalami keluhan nyeri punggung pada trimester ketiga.

2. Bagi PMB Nelly Bambang

Sebagai contoh bagaimana pelayanan kesehatan diimplementasikan dalam hal pemberian asuhan kebidanan, dapat dilakukan peningkatan mutu pelayanan kesehatan khususnya bidan dengan memberikan asuhan kebidanan yang berkesinambungan.

3. Bagi Pemberi Asuhan Lainnya

Dapat dipakai untuk menerapkan teori tentang perawatan kebidanan fisiologis untuk kehamilan trimester ketiga dengan nyeri punggung dan sebagai bahan bacaan mengenai perawatan nyeri punggung pada ibu trimester ketiga.

E. Ruang Lingkup

Asuhan kebidanan ini menjadi laporan tugas akhir yang bermaksud guna melakukan Asuhan kebidana kehamilan pada Ny. P trimester III dengan nyeri punggung di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi Tahun 2025. Asuhan dijalankan pada bulan Desember 2024-Mei 2025. Asuhan ini yakni Ny. P dengan nyeri punggung trimester III di PMB Nelly Bambang Muaro Jambi tahun 2025, Teknik pengumpulan data dengan cara wawancara, anamnesa, pemeriksaan fisik dan Pendidikan Kesehatan.