

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehamilan salah satu kondisi dimana seorang perempuan sedang mengandung dan mengembangkan fetus didalam rahimnya selama Sembilan bulan.(Prawirohardjo, 2012)

Selama kehamilan wanita pasti mengalami perubahan baik secara anatomi, fisiologi maupun psikologi yang menyebabkan ketidaknyamanan selama kehamilan. Kebanyakan dari ketidaknyamanan ini berhubungan dengan perubahan anatomi dan fisiologis yang terjadi dan yang lainnya berhubungan dengan aspek-aspek emosi dalam kehamilan.(Walsh, 2010)

Ada beberapa Keluhan yang muncul pada kehamilan trimester III yaitu : 1) Rasa tidak nyaman tirabul kembali, merasa dirinya jelek, aneh, dan tidak menarik. 2) merasa tidak menyenangkan ketika bayi tidak lahir tepat waktu. 3) Takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang timbul pada saat melahirkan, khawatir akan keselamatannya. 4) khawatir bayi akan dilahirkan dalam keadaan tidak normal, bermimpi yang mencerminkan perhatian dan kekhawatirannya. 5) merasa sedih karena akan berpisah dari bayinya. 6) merasa kehilangan perhatian. 7) perasaan mudah terluka (sensitive). 8) libido menurun. {tresnawati, 2012}

Nyeri punggung di Indonesia lebih sering dijumpai pada ibu hamil. Secara keseluruhan nyeri punggung merupakan keluhan yang paling banyak dijumpai dengan angka pravalensi mencapai 49%. Akan tetapi sekitar 80-90% dari mereka yang mengalami nyeri punggung menyatakan tidak melakukan usaha apapun untuk mengatasi timbulnya gejala tersebut, dengan kata lain hanya sekitar 10-20% dari mereka yang melakukan perawatan medis ke tenaga kesehatan.(Kreshnanda, 2016)

Nyeri punggung bawah adalah gangguan yang umum terjadi, dan ibu hamil mungkin saja memiliki riwayat sakit punggung dimasa lalu. Nyeri punggung bawah sangat sering terjadi dalam kehamilan sehingga digambarkan sebagai salah satu gangguan minor dalam kehamilan, gejala nyeri biasanya terjadi antara 4-7 bulan usia kehamilan dan nyeri biasanya terasa di punggung bagian bawah, terkadang menyebar ke bokong dan paha, dan terkadang turun ke kaki sebagai siatika.(Jason, 2012)

Nyeri punggung ini dapat bersifat muskuloskeletal atau dapat berhubungan dengan gangguan panggul seperti infeksi. Komplikasi lain dari nyeri pinggang adalah Perburukan mobilitas yang dapat menghambat aktifitas seperti mengendarai kendaraan, merawat anak dan mempengaruhi pekerjaan ibu, insomnia yang menyebabkan kelelahan dan iritabilitas. Penanganan dalam asuhan keperawatan yaitu memberikan pendidikan individu dapat mengurangi gejala dengan memberdayakan ibu untuk memahami kondisi mereka, memberikan perawatan punggung, dianjurkan untuk mempertahankan tingkat aktifitas yang nyaman bagi mereka.(Jason, 2012)

Masa kehamilan seiring membesarnya uterus, maka pusat gravitasi akan berpindah kearah depan sehingga ibu hamil harus menyesuaikan posisi berdirinya, ibu hamil harus bergantung dengan kekuatan otot, penambahan berat badan, relaksasi sendi, kelelahan dan postur sebelum hamil. Postur tubuh yang tidak tepat akan memaksa peregangan tambahan dan lelah tubuh, terutama bagian tulang belakang sehingga akan menyebabkan sakit atau nyeri pada bagian punggung.

Banyak ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah selama kehamilan. Secara umum nyeri punggung bawah pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu 1) Peningkatan berat badan dan fisiologi tulang belakang. 2) Adanya kelengkungan tulang belakang ibu hamil yang meningkat kearah akhir kehamilan dan perubahan postur tubuh. 3) Adanya 4 ketidakseimbangan antara otot agonis dan anatagonis, yaitu M. erector spine dan kelompok neksor lumbalis. Keadaan atau

posisi yang salah tersebut jika berlangsung lama akan menimbulkan ketegangan pada ligament dan otot yang menyebabkan kelelahan pada M. abdomanalis 4) Uterus yang membesar akan memperbesar derajat lordosis sehingga sering menyebabkan sakit pinggang. (Latief, 2016).

Hasil penelitian pada ibu hamil di berbagai daerah di Indonesia mencapai 60-80 % orang yang mengalami nyeri punggung pada kehamilannya (83 %) ibu hamil mengalami nyeri punggung, sedangkan ibu hamil primigravida maupun multigravida (80%) mengalami nyeri punggung, sebanyak 50% ibu hamil mengeluhkan nyeri punggung yang cukup mengganggu selama mengandung, pada wanita hamil tercatat sekitar 50% wanita mengalami nyeri punggung bawah dan sekitar 10 % dari wanita dengan nyeri punggung bawah kronis dimulai ketika dia hamil. (Mudayyah, 2010)

Yoga asana adalah salah satu olahraga yang baik untuk ibu hamil Trimester III dengan keluhan nyeri punggung bawah dan pinggang. Yoga asana juga aktivitas olah tubuh, pikiran yang fokus pada kekuatan, fleksibilitas dan pernapasan untuk meningkatkan mental, fisik, postur gerakan dan pernapasan itu dua komponen utama yoga. (Sindhu, 2007)

Yoga asana dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada punggung bawah (pinggang), karena bersifat non farmakologi. Yoga asana olahraga untuk ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah. (Sindhu, 2007)

Adapun macam – macam yoga : 1) Yoga Prenatal, 2) Yoga Power, 3) Yoga Restoratif, 4) Vinyasa, 5) Yoga Yin, 6) Yoga Anurasa, 7) Yoga Kripalu. 8) Kundalini, 9) Yoga Hatha, 10) Yoga Bikram, 11) Yoga Ashtanga. (Sindhu, 2007)

Penatalaksanaan nyeri menggunakan manajemen nyeri secara farmakologis analgetika dan terapi non farmakologi. (Ningsih, 2009)

Peran bidan dalam memberikan asuhan kebidanan pada kehamilan normal diatur dalam keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 tentang Standar Profesi Bidan dalam kompetensi ke-3 yang berbunyi Bidan memberikan asuhan antenatal bermutu tinggi untuk mengoptimalkan kesehatan selama kehamilan yang meliputi deteksi dini, pengobatan atau rujukan dari komplikasi tertentu. (RI, 2009)

1.2. Rumusan Masalah

Kehamilan, persalinan dan nifas merupakan suatu keadaan fisiologis yang dialami oleh seorang wanita, agar hal tersebut tidak menjadi patologis, maka di perlukan asuhan kebidanan yang berkesinambungan. Dengan demikian rumusan masalah adalah “Bagaimanakah Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny.H G1P0A0 dengan Ketidaknyamanan pada Trimester III di BPM Bidan Ita Kelurahan Pasawahan Kabupaten Bandung 2020?”

1.3. Tujuan Peneliti

1.3.1. Tujuan Umum

Memberikan asuhan kebidanan secara komprehensif pada ibu hamil, bersalin, nifas, neonates, dan KB dengan menggunakan pendekatan manajemen kebidanan, asuhan yang diberikan untuk mengurangi rasa nyeri pada punggung pada ibu hamil guna menurunkan resiko yang mungkin terjadi pada proses persalinan, nifas, bahkan pada bayi baru lahir.

1.3.2. Tujuan khusus

1. Untuk melakukan pengkajian ketidaknyamanan pada kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, nifas dan KB
2. Untuk melakukan pengkajian diagnosa
3. Untuk melakukan asuhan ketidaknyamanan terintegrasi pada kehamilan, persalinan, bayi baru lahir, nifas, dan KB
4. Untuk mengetahui efektivitas yoga pada ibu hamil untuk mengurangi nyeri punggung

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan serta dapat mengaplikasikan keterampilan yang didapat selama mengikuti pendidikan kebidanan

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Bidan

Dapat memberikan masukan terhadap tenaga kesehatan terutama bidan di lingkungan BPM Bidan Ita Keruhan Pasawahan Kabupaten Bandung agar lebih memperhatikan dan meningkatkan pelayanan terhadap ibu hamil dengan ketidaknyamanan trimester III supaya terhindar dari komplikasi lain.

2. Bagi Klien

Supaya klien dapat memahami keadaannya, menambah wawasan dan pengetahuan tentang ketidaknyamanan trimester III dan dapat segera

mengambil keputusan sesuai dengan saran atau rujukan dari petugas kesehatan terutama bidan.

3. Bagi Penulis

Mendapat pengalaman dan kesempatan untuk menerapkan teori dengan kasus yang ditemui di lapangan.

4. Bagi Institusi

Pihak institusi dapat mengetahui sejauh mana mahasiswanya memahami dan menerapkan teori dengan kasus yang ditemui di lapangan.