

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama kehamilan berlangsung ibu hamil akan mengalami perubahan-perubahan pada tubuhnya. Tubuh ibu hamil beradaptasi dengan perkembangan janin dalam uterus sejak trimester awal hingga trimester akhir (Fauziah *et al.*, 2016 : 2). Nyeri punggung merupakan salah satu masalah yang sering dikeluhkan oleh ibu hamil. Nyeri yang terjadi di lumbosacral ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu hamil trimester III (Swastika *et al.*, 2021 : 29).

Ibu hamil akan beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi di tiap trimesternya. Awal kehamilan ibu hamil sering mengalami mual muntah, yang pada umumnya terjadi di pagi hari. Hal ini karena adanya peningkatan hormon *Human Chorionic Gonadotropin (HCG)* dan estrogen pada ibu hamil. Ibu hamil trimester dua biasanya merasakan sakit perut di bagian bawah yang disebabkan karena adanya peregangan ligamen dan otot untuk menahan uterus yang membesar (Alam, 2012 : 16). Salah satu perubahan pada ibu hamil trimester III yaitu merasa susah bernafas, hal tersebut disebabkan karena pembesaran uterus yang menekan diafragma selain itu, pembesaran uterus dapat menekan kandung kemih sehingga ibu hamil sering BAK, dan mengalami keluhan nyeri punggung (Ratnawati, 2021 : 50).

Menurut Wahyuni & Prabowo (2012) terjadinya nyeri punggung pada ibu hamil akibat dari tertariknya bahu ke belakang sebagai akibat dari pembesaran perut, hal ini untuk memenuhi keseimbangan tubuh karena terjadinya lordosis.

Nyeri punggung dirasakan karena adanya peningkatan hormon relaksin, mengakibatkan ketidakstabilan pada bagian tulang belakang dan menyebabkan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Bertambahnya usia kehamilan, janin akan semakin besar dan berat badan pada ibu hamil akan bertambah maka menyebabkan perubahan postur tubuh (lordosis) karena garis gravitasi tubuh bergeser ke depan dan menimbulkan tekanan pada tulang belakang sehingga, dapat memperberat rasa nyeri punggung yang dialami oleh ibu hamil (Setiobudi, 2016 : 38).

Nyeri punggung pada ibu hamil terjadi di seluruh dunia dan hasilnya beragam. Studi di Amerika Serikat, Inggris, Norwegia dan Swedia menyatakan prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil sebesar 70-86% (Gutke *et al.*, 2018 : 1). Menurut Putri & Machfudloh (2021 : 7) sebanyak 60-90% ibu hamil di Indonesia sering mengalami keluhan nyeri punggung, sedangkan prevalensi angka nyeri punggung ibu hamil di Jawa Barat belum bisa dipastikan. Hasil penelitian Purnamasari (2019 : 12) menunjukkan data ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung, dari 30 responden 10% mengalami nyeri punggung ringan, 73,33% mengalami nyeri punggung sedang, dan 16,67% mengalami nyeri punggung berat.

Menurut hasil penelitian Rosdiani & Umamah, (2018 : 81) intervensi posisi tidur miring memberikan pengaruh untuk mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang tidur miring ke kiri dengan bantal, dapat mengurangi tekanan pada vena cava inferior, vena cava inferior di bagian anterior tulang belakang ini mengembalikan darah dari tubuh bagian bawah ke jantung.

Stacey & Mitchell (2012) mengemukakan bahwa posisi tidur telentang atau miring ke kanan pada ibu hamil memiliki resiko dua kali lipat bayi lahir mati dibandingkan dengan ibu hamil yang tidur dengan posisi miring ke kiri. Efek yang paling besar adalah saat ibu tidur dengan posisi telentang, dan berefek sedang saat ibu tidur dengan posisi miring ke kanan. Risiko bayi lahir mati pada ibu yang tidur miring ke kiri adalah sebesar 1,96/1000 dan 3,93/1000 untuk ibu yang tidak tidur dengan posisi miring ke kiri.

Penelitian terhadap 22 responden di usia kehamilan 36 minggu menunjukkan bahwa aliran darah menuju plasenta 25% lebih rendah pada posisi tidur telentang dibandingkan dengan posisi miring kiri. Praktik standar dianjurkan kepada ibu hamil untuk lebih memilih posisi miring ke kiri dibandingkan dengan posisi yang lain, karena posisi tersebut baik untuk janin dan relatif mudah untuk diterapkan (Chappell & Smith, 2011).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis perlu melakukan intervensi untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil dengan judul “Pelaksanaan Posisi Tidur Miring Kiri pada Ibu Hamil Trimester III di Ruang Poli Kebidanan RSUD Arjawinangun”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang maka didapatkan rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimanakah Pelaksanaan Posisi Tidur Miring Kiri pada Ibu Hamil Trimester III di Ruang Poli Kebidanan RSUD Arjawinangun?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu melakukan intervensi keperawatan posisi tidur miring kiri untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan intervensi keperawatan posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III penulis dapat:

1. Mengetahui tingkat nyeri punggung sebelum diberikan intervensi posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III
2. Mengetahui tingkat nyeri punggung setelah diberikan intervensi posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III
3. Membandingkan pelaksanaan intervensi posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan serta mengembangkan ilmu keperawatan mengenai posisi tidur miring kiri pada ibu hamil nyeri punggung trimester III.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Penulis

Hasil dari studi kasus ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan penulis mengenai posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III dan sebagai pengalaman yang berharga bagi penulis.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi, referensi bagi mahasiswa dan institusi mengenai pelaksanaan intervensi posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Rumah Sakit

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi, bahan masukan, dan bahan evaluasi dalam pelaksanaan posisi tidur miring kiri pada ibu hamil trimester III.

4. Bagi Klien

Sebagai informasi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang posisi tidur miring kiri terhadap penurunan tingkat nyeri punggung saat kehamilan trimester III.