

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan ialah salah satu tahapan fisiologis berlangsung secara alami, diawali sertapembuahan sel telur oleh sel sperma dan berlanjut sertapertumbuhan serta perkembangan janin di dalam rahim hingga mencapai usia kehamilan cukup bulan dan bayi dilahirkan. Selama kehamilan, ibu sering mengalami berbagai rasa tidak nyaman karena perubahan pada struktur dan fungsi tubuhnya. Rasa tidak nyaman ini cenderung semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Selain itu, ibu juga bisa merasakan sakit di bagian tulang rusuk dan perut bawah,. Pertumbuhan rahim yang terus membesar akan memberikan tekanan pada organ-organ di sekitarnya, seperti usus kecil, kandung kemih, dan rektum. Keluhan ini, meskipun alami, bisa mengganggu kenyamanan, kualitas hidup, serta kegiatan sehari-hari ibu hamil (Rini et al., 2023). Keluhan yang umum terjadi antara lain, kram kaki, Keluhan berkemih lebih sering, sakit kepala, dan nyeri punggung bagian bawah.

Berdasarkan data tahun 2024, sekitar 90% ibu hamil di Indonesia merasakan nyeri punggung bagian bawah. Keluhan ini cenderung semakin bertambahnya usia kehamilan dan mencapai tingkat keparahan tertinggi terjadi pada usia kehamilan 22 minggu hingga menjelang melahirkan. Angka ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bagian bawah menjadi gangguan kesehatan yang paling sering terjadi menjadi hal yang perlu diperhatikan dalam pelayanan kebidanan (Tabrizi et al., 2025), sesuai sertadata yang ditemukan ibu hamil yang

berada di trimester ke III yang menjalani pemeriksaan *Antenatal care* (ANC) di TPMB "NM" selama periode Oktober - Desember tahun 2025, dijumpai sebanyak 51 ibu hamil berkunjung. Dari jumlah tersebut, 12 orang (23,5%) ibu hamil berada di trimester I, 15 orang (29,4%) ibu hamil di trimester II, dan 24 orang (47,1%) ibu hamil di trimester III.

Berdasarkan data TPMB, menunjukkan bahwa ibu hamil di trimester III merupakan kelompok yang cukup banyak dalam pelayanan. Pada TPMB "NM" dari 24 orang ibu hamil trimester III didapatkan satu orang mengalami kesemutan, dua orang mengalami kram kaki, empat orang sering kencing, lima orang mengalami nyeri simpisis, lima orang tanpa keluhan, dan tujuh orang merasakan nyeri punggung bagian bawah. Nyeri punggung pada bagian bawah menjadi bagian dari masalah yang sering dirasakan oleh ibu hamil trimester ke III di TPMB "NM". Diketahui sebanyak 18 Ibu hamil trimester ke III UK ≥ 36 minggu tersebut memiliki kondisi fisiologis serta 9 ibu hamil yang berencana akan bersalin di TPMB "NM".

Terjadinya nyeri punggung bagian bawah bagi ibu hamil trimester ke III sejalan dengan teori menyebutkan bahwa nyeri punggung bagian bawah umum terjadi saat kehamilan karena adanya perubahan fisik, penambahan berat badan dan berat janin yang terus meningkat menimbulkan perubahan postur tubuh, di mana pembesaran uterus menimbulkan pusat gravitasi tubuh bergeser ke arah depan. Perubahan tersebut membuat ibu hamil menyelaraskan postur tubuhnya untuk menjaga keseimbangan, sehingga tubuh cenderung lebih condong ke depan dan meningkatkan beban pada daerah punggung bawah. Kondisi ini meningkatkan

ketegangan pada otot dan tulang belakang, yang akhirnya memicu nyeri punggung bagian bawah (Azfariska et al., 2023).

Salah satu ketidaknyamanan yang paling banyak dikeluhkan selama kehamilan adalah nyeri pada punggung bagian bawah, terutama ketika usia kehamilan memasuki trimester II dan III. Keluhan tersebut berkaitan mencakup beberapa perubahan fisiologis dalam periode masa kehamilan. Bertambahnya berat badan serta pertumbuhan janin secara bertahap perubahan postur tubuh dan meningkatkan beban pada daerah lumbal, sehingga memicu timbulnya nyeri punggung bawah. Kondisi ini membuat otot dan tulang belakang menjadi tegang, yang akhirnya menimbulkan rasa nyeri di punggung (Azfariska et al., 2023).

Jika nyeri punggung bagian bawah tidak ditangani sertabaik, maka akan berdampak pada kenyamanan ibu hamil, mengganggu kegiatan sehari-hari, mengurangi kualitas tidur, dan meningkatkan kelelahan. Dalam jangka panjang, nyeri punggung bagian bawah yang berkelanjutan dapat menghambat kesiapan ibu untuk menjalani proses persalinan secara optimal dan juga meningkatkan risiko komplikasi kehamilan. Namun, jika nyeri punggung bagian bawah ditangani secara tepat melalui intervensi dari bidan atau tenaga kesehatan yang kompeten, diharapkan ibu hamil mampu melewati setiap tahap kehamilan sertakondisi yang baik. lebih nyaman, sehat, dan siap secara fisik serta mental untuk menghadapi persalinan. (Wulandari et al., 2021)

Satu diantara cara mengurangi ketidaknyamanan berupa nyeri pada punggung bagian bawah yang dialami sepanjang kehamilan yaitu sertamemberikan informasi serta edukasi berupa cara duduk atau berdiri yang nyaman, serta cara tidur yang

tepat. Selain itu, pemberian kompres hangat atau dingin di area punggung bisa membantu meredakan rasa nyeri serta cara mengendurkan otot serta menunjang aliran darah di sekitar yang nyeri (Meiri et al., 2024).

Di TPMB “NM”, solusi yang sering diberikan kepada ibu hamil di trimester III sertakondisi nyeri punggung bagian bawah ialah menyarankan penggunaan kompres hangat secara teratur serta memberikan pengetahuan dan instruksi tentang cara tidur yang nyaman. Dimana dari upaya tersebut sehingga dapat meminimalkan ketidaknyamanan ibu hamil, terutama dalam periode akhir kehamilan, serta memberikan manfaat yang optimal bagi ibu. mengurangi rasa nyeri yang timbul karena perubahan fisik selama kehamilan.

Sebagai alternatif dan cara baru menangani keluhan nyeri punggung bagian bawah pada ibu hamil di trimester ke III pada TPMB “NM”, bisa diberikan *Prenatal yoga*. *Prenatal yoga* adalah jenis terapi tanpa obat yang bertujuan meningkatkan kelenturan tubuh, memperkuat otot, serta membantu ibu hamil merasa rileks, sehingga ibu hamil akan menjalani persalinan sertanyaman. Penerapan *prenatal yoga* ini sesuai sertakonsepsi Konsep Tri Hita Karana menggambarkan tiga sumber keharmonisan yang menjadi dasar terciptanya kesejahteraan hidup, meliputi keselarasan hubungan spiritual antara Tuhan beserta manusia (Parahyangan), interaksi sosial antarmanusia (Pawongan), dan interaksi manusia alam atau lingkungan beserta manusia (Palemahan).

Praktik prenatal yoga yang dikaitkan Sejalan sertanilai keharmonisan yang diajarkan melalui konsep Tri Hita Karana. mendukung keseimbangan fisik, mental, dan spiritual ibu hamil. Aspek Parahyangan tercermin melalui fokus pada

pernapasan ibu, ketenangan batin, dan rasa syukur kepada Tuhan. Aspek Pawongan terlihat dari hubungan harmonis antara ibu hamil dan tenaga kesehatan melalui pendampingan dan edukasi. Sementara itu, aspek Palemahan diwujudkan melalui penggunaan gerakan tubuh yang alami dan lingkungan yang nyaman. Beberapa gerakan prenatal yoga yang efektif mengurangi nyeri punggung bawah meliputi *cat-cow stretch*, *child's pose*, *pelvic tilts*, dan *standing forward bend*. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan ibu dan mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu.

Cara ini sangat tepat diterapkan dalam pelayanan kebidanan berkelanjutan atau *Continuity of Care* (COC), antara lain memberikan perawatan secara terus-menerus. Meliputi rangkaian pelayanan kebidanan sejak kehamilan berlangsung, proses kelahiran, masa pemulihan ibu setelah melahirkan, hingga periode neonatal, hingga layanan keluarga berencana (KB). Sertapenerapan COC diharapkan bisa menurunkan masalah kesehatan yang berkaitan sertakematian bayi dan ibu, yang teridentifikasi melalui standar AKI dan AKB yang berfungsi sebagai salah satu metrik penting untuk mengevaluasi keberhasilan sistem pelayanan kesehatan di Indonesia. Serta memberikan perawatan yang lengkap, terus-menerus, dan berdasarkan kebutuhan ibu hamil, diharapkan risiko komplikasi kehamilan bisa ditekan dan kesehatan ibu serta bayi bisa terjaga sertabaik.

Berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik melakukan asuhan kebidanan komprehensif pada Perempuan “LD” di TPMB “NM” di wilayah kerja Puskesmas Sawan II Kabupaten Buleleng Tahun 2026.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Mengacu pada latar belakang yang telah dipaparkan, permasalahan yang dapat dirumuskan dalam Laporan Tugas Akhir ini yaitu “Bagaimanakah Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Perempuan “LD” di TPMB “NM” Wilayah Kerja Puskesmas Sawan II Kabupaten Buleleng Tahun 2026”?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Memberikan asuhan kebidanan komprehensif pada perempuan “LD” di TPMB “NM” wilayah kerja puskesmas sawan II kabupaten buleleng tahun 2026.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Melakukan pengumpulan data subjektif pada perempuan “LD” di TPMB “NM” wilayah kerja puskesmas sawan II kabupaten buleleng tahun 2026.
- 2) Melakukan pengumpulan data objektif pada perempuan “LD” di TPMB “NM” wilayah kerja puskesmas sawan II kabupaten buleleng tahun 2026.
- 3) Melakukan analisa data pada perempuan “LD” di TPMB “NM” wilayah kerja puskesmas sawan II kabupaten buleleng tahun 2026.
- 4) Memberikan penatalaksanaan asuhan kebidanan komprehensif pada perempuan “LD” di TPMB “NM” wilayah kerja puskesmas sawan II kabupaten buleleng tahun 2026.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Mahasiswa

Asuhan kebidanan dapat membantu menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang dipelajari selama kuliah ke dalam dunia nyata, khususnya dalam

memberikan perawatan kepada ibu hamil serta kondisi keluhan nyeri punggung bagian bawah selama trimester III. Diharapkan bahwa kemampuan mahasiswa untuk berpikir kritis dan keterampilan klinis akan meningkat, dan menjadi lebih profesional dalam melakukan pengkajian, diagnosis, dan penanganan nonfarmakologis nyeri punggung bagian bawah.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Asuhan dapat memberikan kontribusi akademik kepada institusi pendidikan kebidanan dalam materi pembelajaran, khususnya terkait Pendekatan asuhan kebidanan terhadap ibu hamil serta keluhan muskuloskeletal berupa nyeri punggung bagian bawah selama trimester ketiga kehamilan. Ini dapat digunakan sebagai studi kasus, bahan diskusi, dan referensi pembelajaran berbasis praktik untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa.

1.4.3 Bagi Tempat Praktik

Asuhan ini dapat menambah pengetahuan dan referensi praktis untuk tempat praktik yang menangani Keluhan nyeri yang dirasakan ibu saat masa kehamilan. Kemudian, dapat digunakan sebagai dasar untuk praktik asuhan kebidanan yang berbasis bukti yang bertujuan untuk memberikan pelayanan kebidanan yang lebih optimal, efisien, dan berpusat pada kenyamanan dan keselamatan ibu hamil.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Asuhan mampu menyediakan sumber kepada masyarakat, khususnya ibu hamil dan keluarga mereka, tentang penyebab, efek, dan pengobatan nyeri. Ibu hamil diharapkan bisa mengenali rasa sakit mereka dan melakukan pencegahan dan

perawatan sendiri, sehingga mereka dapat membuat keputusan kesehatan yang tepat untuk mencegahnya.

