BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses yang diawali dengan penyatuan spermatozoa dan ovum (fertilisasi) dan dilanjutkan dengan implantasi hingga lahirnya bayi yang lamanya berkisar 40 minggu (Wardani et al., 2022). Menurut Cunningham et al. (2018), kehamilan dimulai ketika sperma membuahi sel telur dan berakhir dengan persalinan. Kehamilan dapat didefinisikan sebagai proses reproduksi yang memerlukan perhatian khusus agar dapat dijalani dengan lancar, karena melibatkan kesejahteraan ibu dan janin.

Kehamilan merupakan proses alami yang akan dialami oleh setiap wanita. Selama proses ini, banyak perubahan yang dialami oleh ibu hamil, baik secara fisiologis maupun psikologis. Terjadi perubahan hormonal yang signifikan, termasuk peningkatan kadar estrogen, progesteron, dan human chorionic gonadotropin (hCG). Selain itu, ibu hamil juga mengalami berbagai perubahan adaptasi pada sistem kardiovaskular, respirasi, ginjal, dan sistem tubuh lainnya (Lowdermilk et al., 2023). Perubahan pada sistem kardiovaskular misalnya meliputi perubahan posisi, bentuk, dan ukuran jantung serta pembuluh darah, yang dapat memengaruhi tekanan darah dan volume darah selama kehamilan (Wardani et al., 2022).

Pada trimester ketiga, perubahan fisiologis kehamilan semakin signifikan. Rahim yang membesar menyebabkan pergeseran pusat gravitasi ke

arah depan dan bawah, sehingga memberikan tekanan lebih besar pada tulang belakang dan otot-otot punggung bawah. Selain itu, hormon relaksin yang meningkat menyebabkan pelonggaran ligamen-ligamen panggul dan sendi sacroiliaka menjadi lebih longgar untuk mempersiapkan persalinan (Sari, 2021). Kondisi ini menyebabkan ketidakstabilan biomekanik dan meningkatkan beban kerja otot-otot punggung bawah, sehingga rentan menimbulkan keluhan nyeri punggung bawah.

Nyeri punggung bawah adalah nyeri yang terjadi di daerah punggung bawah, tepatnya antara rusuk terakhir dan lipatan bokong, yang dapat bersifat tumpul atau tajam dan terkadang menjalar ke tungkai bawah (Vleeming et al., 2017). Selama kehamilan keluhan yang sangat umum dan sering mengganggu aktivitas sehari-hari serta kualitas hidup ibu hamil. Prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil di dunia dilaporkan mencapai 45-90%, dengan rata-rata sekitar 60-78%, dan keluhan paling sering muncul pada trimester ketiga kehamilan (Wu et al., 2020).

Di Indonesia, prevalensi ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah tercatat cukup tinggi, yaitu antara 60-80%, terutama pada trimester akhir kehamilan (Fitriani et al., 2022). Data lokal di Kota Padang juga menunjukkan tren serupa, di mana sejumlah Puskesmas melaporkan kasus ibu hamil sebagai salah satu keluhan utama yang membutuhkan intervensi kesehatan.

Penanganan nyeri punggung bawah pada ibu hamil dibagi menjadi pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis yang

digunakan biasanya melibatkan pemberian parasetamol sebagai pilihan utama karena dianggap aman selama kehamilan. Penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) sangat dibatasi terutama pada trimester ketiga akibat risiko efek samping pada janin seperti premature closure ductus arteriosus (Keller et al., 2019).

Kompres hangat sangat direkomendasikan oleh para ahli sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengatasi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III. Hal ini disebabkan oleh kemampuannya dalam meningkatkan aliran darah ke area yang nyeri, sehingga membantu mengurangi ketegangan otot dan mempercepat proses penyembuhan jaringan yang tegang. Penerapan panas lokal juga terbukti mampu memblokir transmisi sinyal nyeri ke otak melalui serabut saraf, sehingga persepsi nyeri berkurang secara alami tanpa melibatkan penggunaan obat-obatan yang dapat berisiko bagi janin (Zhang et al., 2020).

Selain itu, kompres hangat memberikan efek relaksasi yang signifikan, membantu ibu hamil merasa lebih nyaman, serta memperbaiki kualitas tidur yang kerap terganggu akibat nyeri punggung bawah. Oleh karena itu, World Health Organization (2022) dan American Pregnancy Association (2021) menyarankan penggunaan kompres hangat sebagai metode penanganan aman, alami, dan efektif untuk nyeri punggung selama kehamilan trimester akhir.

Pemberian kompres hangat merupakan salah satu metode non-farmakologis yang efektif untuk mengurangi nyeri akibat tekanan uterus pada tulang belakang dan jaringan sekitarnya. Sesuai standar operasional prosedur

(SOP), kompres hangat dilakukan dengan menggunakan air hangat bersuhu antara 35-40°C selama 15-20 menit, dengan interval pemberian disesuaikan dengan kondisi pasien untuk mengurangi nyeri yang dirasakan oleh klien (Sari et al., 2024).

Beberapa penelitian di Indonesia mendukung efektivitas kompres hangat dalam mengurangi intensitas nyeri pada ibu hamil dengan . Studi oleh Karyawati et al. (2023) di Puskesmas Kutamendala menemukan bahwa 80% ibu hamil mengalami penurunan nyeri secara signifikan setelah diberikan kompres hangat selama 15 menit (p = 0.000). Penelitian lain di Puskesmas Sekernan Ilir, Jambi, melaporkan hasil serupa dengan penurunan nyeri yang signifikan pada kelompok yang menerima terapi kompres hangat (p = 0.000) (Sari et al., 2024). Di wilayah Jakarta Selatan, skor nyeri ibu hamil menurun dari 6,80 menjadi 3,83 setelah intervensi kompres hangat, sementara di Klapanunggal, Bogor, terjadi penurunan skor nyeri rata-rata dari 2,68 menjadi 1,61 (Rahmawati et al., 2023). Penelitian lain di Cirebon dan Bantul juga memperlihatkan penurunan skor nyeri secara signifikan pasca terapi kompres hangat (Putri, 2023).

Berdasarkan data ibu di ruangan KIA Puskesmas Lubuk Buaya didapatkan ibu hamil yang melakukan kunjungan pada bulan April-Mei 2025 adalah sebanyak 135 orang. Dari 135 orang kunjungan ibu hamil didapatkan 17 kunjungan ibu hamil dengan nyeri punggung bawah. Dari 17 ibu hamil tersebut didapatkan Ny. D ibu hamil dengan nyeri punggung bawah untuk diangkat menjadi subjek studi kasus ini. Ny. D merupakan seorang ibu hamil

yang berada di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya dengan status obstetric G2P1A0H1. Ny. D berusia 29 tahun dengan usia kehamilan 38 minggu. Saat dilakukan pengkajian Ny. D mengeluhkan nyeri di punggung bawah, mengalami masalah tidur, dan merasa cemas karena akan segera melahirkan. Terapi farmakologis yang diberikan pada klien adalah paracetamol.

Berdasarklkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan dan didokumentasikan dalam laporan ilmiah akhir yang berjudul "Asuhan Keperawatan pada Ny. D (29 tahun) G2P1A0H1 Kehamilan 37-38 Minggu dengan Indikasi Nyeri Punggung Bawah dan Penerapan Kompres Air hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya"

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

   Memahami penerapan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah serta pengaruh evidance base practice nursing terhadap nyeri punggung.

2. Tujuan Khusus

   Menerapkan pemberian asuhan keperawatan pada Ny. D dengan nyeri punggung yang terdiri dari :

   a. Melakukan pengkajian pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah

b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah
c. Menyusun intervensi keperawatan pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah
d. Melakukan implementasi keperawatan pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah
e. Melakukan evaluasi keperawatan pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah
f. Mendokumentasikan asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. D (29 tahun) dengan G2P1A0H1 usia kehamilan 38 minggu dengan nyeri punggung bawah

C. Manfaat

1. Bagi Instansi Pendidikan

   Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi kepustakaan yang bermanfaat terkait pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan nyeri punggung, serta penerapan evidence based nursing praktis.

2. Bagi Institusi Pelayanan

   Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan sebagai tambahan informasi dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan nyeri punggung bawah serta penerapan evidence based nursing practice.

3. Bagi Ibu Hamil

Diharapkan dengan pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan nyeri punggung serta penerapan evidence based nursing practice dapat meningkatkan derajat kesehatan ibu hamil.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA