

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan masa dalam kehidupan yang terkait dengan perubahan anatomi tubuh, adaptasi fisiologi, adaptasi psikologi, dan sosial. Tujuan dari perubahan anatomi dan adaptasi fisiologi pada ibu hamil yaitu untuk mempersiapkan tubuh ibu saat proses persalinan dan menyusui (Hatijar et al., 2019). Kehamilan pada umumnya berkembang dengan normal, namun kadang tidak sesuai dengan yang diharapkan, sulit diprediksi apakah Ibu hamil akan berperubahan selama kehamilan ataupun baik-baik saja (Simorangkir, 2022). Perubahan fisiologis pada ibu hamil yang disebabkan oleh perubahan hormonal yang meliputi ketidaknyamanan pada trimester 1 berupa nyeri payudara, sering kencing, gusi berdarah, mengidam makanan, kelelahan, keputihan, *ptyalism*, pusing, mual dan muntah (Elba & Putri, 2019).

Prevalensi ketidaknyamanan selama kehamilan sekitar 3- 17%, di negara maju 10% dan di negara berkembang 25%, di Indonesia angka kejadian ketidaknyamanan pada kehamilan berkisar 28,7%. Mual dan muntah sering terjadi, sekitar 60% - 80% kehamilan pada trimester pertama, dan 0,3-1.8% ibu hamil di dunia mengalami *hyperemesis gravidarum* (Ashebir et al., 2022). Kasus *hyperemesis gravidarum* di Indonesia mencapai angka 14,8% pada tahun

2018 (Nurlaely et al., 2022). Prevalensi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester I sebanyak 16,7% (Janah et al., 2023).

Hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Puri pada tanggal 3 April 2023 pada 3 ibu hamil trimester I menunjukkan bahwa 3 ibu (100%) mengalami mual muntah, 2 ibu mengalami kram perut (66,7%), dan 1 ibu (33,3%) mengalami nyeri punggung.

Penyebab perubahan mual muntah yang terjadi pada kehamilan 4-9 minggu adalah faktor hormon kehamilan (HCG), yang menstimulasi produksi estrogen pada ovarium dan hormon estrogen diketahui dapat memicu peningkatan asam lambung sehingga membuat mual muntah (Patimah, 2020). Konstipasi disebabkan karena hormon kehamilan (progesteron) berperan dalam proses relaksasi pada kerja otot halus. Peningkatan hormon ini, mengakibatkan gerakan atau mobilitas organ pencernaan menjadi relaks atau lambat. Akibatnya, proses pengosongan lambung jadi lebih lama dan waktu transit makanan di lambung meningkat. Selain itu, penurunan hormon motilin (hormon pencernaan) mempengaruhi gerakan peristaltik usus (pijatan di usus, salah satu aktivitas mencerna makanan) juga melambat sehingga daya dorong dan kontraksi usus terhadap sisa-sisa makanan melemah (Tyastuti, 2016). Hormon progesteron juga menyebabkan penurunan kerja lambung dan esophagus bawah akibatnya makanan yang masuk cenderung lambat dicerna sehingga makanan menumpuk hal ini menyebabkan rasa penuh atau kenyang dan kembung (*heartburn*). Hormon estrogen yang meningkat juga menyebabkan keluarnya lendir vagina sehingga ibu hamil mengalami flour albus. Peningkatan hormon

menyebabkan pembuluh darah melebar sehingga darah cenderung berkumpul di kaki, sehingga menyebabkan tekanan darah ibu lebih rendah dari biasanya, yang dapat mengurangi aliran darah ke otak, menyebabkan pusing sementara (Susanti & Ulpawati, 2022). Selama awal kehamilan, perubahan hormonal mungkin penyebab kelelahan. Tubuh ibu memproduksi lebih banyak darah untuk membawa nutrisi ke bayi ibu tumbuh. Kadar gula darah ibu dan tekanan darah juga lebih rendah. Hormon, terutama peningkatan kadar progesteron, yang bertanggung jawab untuk membuat ibu mengantuk (Patimah, 2020).

Dampak yang timbul akibat perubahan-perubahan pada kehamilan menyebabkan nafsu makan menurun dan berakibat asupan nutrisi menjadi berkurang. Kekurangan asupan pada trimester pertama dapat menyebabkan meningkatkan risiko hipermis gravidarum, kelahiran prematur, keguguran, dan kelainan pada sistem saraf (Waryana, 2015). Peningkatan asam lambung tidak ditangani secara benar, maka gangguan ini akan bertambah buruk, misalnya pada *heartburn* dapat mengganggu saat ibu tidur sehingga ibu tidak dapat beristirahat dengan baik (Elba & Putri, 2019). Dampak dari konstipasi mulai dari mual, muntah, penurunan nafsu makan, hemoroid sampai yang jarang terjadi seperti: fisura ani, inkontinensia alvi, perdarahan per rektum, *fecal impacted* dan prolapsus uteri (Wulandari & Wantini, 2021). Nyeri punggung pada ibu hamil dapat menyebabkan rasa tidak nyaman beraktivitas atau aktivitas terganggu, mengalami perubahan bentuk struktur tubuh, mengalami nyeri punggung jangka panjang sehingga meningkatkan kecenderungan nyeri

punggung pasca partum dan beresiko menderita trombosis vena (Setiawati, 2019)

Asuhan Antenatal (ANC) adalah upaya preventif program pelayanan kesehatan obstetrik untuk mengoptimalkan ibu dan neonatal melalui serangkaian kegiatan pemantaun rutin selama kehamilan (Nislawaty et al., 2021). Selain ANC, upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi perubahan kehamilan adalah mengikuti kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular (Susanti et al., 2021). Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang gambaran perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto

1.2 Rumusan Perubahan

Bagaimanakah gambaran perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perubahan fisiologis sistem reproduksi (keluhan pada payudara dan keputihan) pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto
2. Mengidentifikasi perubahan fisiologis sistem pencernaan (mual muntah, ptialisme, epulis, *heartburn*, konstipasi) pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto
3. Mengidentifikasi perubahan fisiologis sistem perkemihan (sering kencing) pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto
4. Mengidentifikasi perubahan fisiologis sistem kardiovaskuler (pusing) pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto
5. Mengidentifikasi perubahan fisiologis sistem musculoskeletal (mudah lelah dan nyeri punggung bawah) pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Puri Kabupaten Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan wawasan pembaca tentang perubahan fisiologis pada ibu hamil terutama pada trimester I dan memperkaya referensi tentang perubahan pada kehamilan

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Ibu Hamil

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang gambaran perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester I dan bagaimana cara mengatasinya sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilan dengan sehat

2. Bagi Tempat Penelitian

Tempat penelitian mendapatkan informasi tentang gambaran perubahan fisiologis pada ibu hamil trimester I sehingga dapat dijadikan sebagai bahan tindak lanjut untuk memberikan edukasi kepada ibu hamil terkait ketidaknyamanan yang dirasakan selama kehamilan.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada peneliti sebagai sarana menerapkan ilmu pengetahuan siahannya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya tentang perubahan yang dihadapi oleh ibu hamil baik fisiologis dan psikologis serta bagaimana upaya untuk mengatasinya dan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawat