

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ketidaknyamanan trimester III selama kehamilan yang sering kali dikeluhkan oleh ibu salah satunya adalah konstipasi. Konstipasi merupakan keluhan sistem *gastrointestinal* yang umum di alami oleh ibu hamil. Konstipasi ini adalah gejala *defikasi* yang tidak memuaskan ditandai dengan buang air besar kurang dari tiga kali dalam satu minggu atau kesulitan dalam saat BAB akibat feses yang keras. Prevalensi konstipasi di Indonesia yaitu 12,9% lebih rendah dibandingkan dengan China dan Korea Selatan (15,2% dan 16,7%) (Winarna & Linda Anggrahayu, 2024). Pada kehamilan, prevalensi konstipasi bervariasi antara 11-44% (Y. Yanti & Chairiyah, 2022).

Hasil penelitian lestari, didapati angka konstipasi pada ibu hamil trimester III di Bengkulu mencapai 13,5% dari total 111 ibu hamil (15 kasus). Prevalensi konstipasi pada trimester III (19,3%) lebih tinggi dibandingkan dengan trimester I (17,3%) dan II (16,4%), konstipasi merupakan keluhan yang umum terjadi pada semua trimester kehamilan yang sebagian besar ditandai dengan konsistensi tinja keras dan mengejan kuat pada lebih dari satu kali dalam, empat kali defikasi selama empat minggu (Asih, 2022).

Konstipasi merupakan keluhan sistem gastrointestinal yang umum dialami oleh ibu hamil. Hal ini didukung dengan perubahan fisiologis khususnya peningkatan hormone kehamilan yaitu progesteron, hormon progesteron bekerja dengan cara mengendurkan otot polos sehingga uterus dalam kondisi tenang dan

kontraksi uterus premature dapat dicegah. Peningkatan hormon progesteron memengaruhi fungsi sfingter anal dan menurunkan motilitas lambung dan usus sehingga waktu pengosongan lambung menjadi lebih lama. Selain itu, efek tekan dari rahim yang membesar seiring pertumbuhan janin menyebabkan sumbatan mekanis pada usus (Y. Yanti & Chairiyah, 2022).

Wanita yang mengkonsumsi suplemen zat besi mengalami 3,5 kali lebih banyak mengalami konstipasi dibandingkan yang tidak mengkonsumsinya. Sebanyak 19% wanita mempunyai gejala sindrom iritasi usus besar pada saat kehamilan (Evayanti & Ediyono, 2024). Hasil penelitian (Rosdewati, 2022) didapatkan bahwa ibu yang mengonsumsi tablet Fe yang mengalami konstipasi mayoritas sebanyak 27 responden (90%) dan ibu yang mengonsumsi tablet Fe yang tidak mengalami konstipasi minoritas sebanyak 1 responden (10%).

Perubahan hormon akibat kehamilan atau pola hidup dapat memicu timbulnya konstipasi. Awalnya konstipasi hanya perut menjadi sakit atau kembung, tetapi jika ini berlangsung lama akan mengganggu metabolisme tubuh dan menimbulkan gangguan tubuh yang lainnya. Jika konstipasi dibiarkan berlangsung terus menerus dapat menyebabkan timbulnya hemoroid akibat terjadinya konstipasi, ibu hamil akan menjadi terlalu sering mengejan ketika buang air besar dan otot-otot pada pembuluh darah di anus melemah akibat keduanya dapat mempertinggi kemungkinan terjadinya hemoroid pada ibu hamil, sehingga menimbulkan kesulitan saat proses persalinan pervagina.

Beberapa upaya untuk mencegah konstipasi terhadap wanita hamil antara lain, harus memperhatikan pola makan seharusnya mengkonsumsi sayuran yang

mengandung serat lebih tinggi seperti (bayam, kubis, brokoli), minum air putih minimal 8 gelas dalam sehari dan membiasakan mobilisasi dan olahraga ringan. Jika dengan esensial konstipasi pada ibu hamil masih tidak teratasi dan angka kejadian masih tinggi maka dilakukan terapi nonfarmakologi (Evayanti & Ediyono, 2024).

Mengonsumsi buah pepaya untuk membantu proses pencernaan, karena pepaya adalah sumber yang kaya enzim proteolitik, seperti papain, chymopain, pencernaan secara alami karena kandungan seratnya yang cukup tinggi, sehingga mencukupi kebutuhan serat yang diperlukan oleh ibu hamil. Hasil penelitian (Safitri et al., 2022) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami konstipasi berkurang sebanyak 27 responden (90%) setelah diberikan pepaya. Dan lebih praktis dari pada yogurt yang butuh kulkas dan berisiko laktosa (Wulandari & Wantini, 2021). Dibanding prenatal yoga (20-30 menit/sesi) pepaya memberikan hasil BAB lancar dalam 4-7 hari tanpa latihan fisik yang sulit bagi ibu hamil karena rahim yang semakin membesar seiring usia kehamilan (Wulan et al., 2023)

Hasil survei awal yang dilakukan di PMB " R " tahun 2026 didapati dari 10 orang ibu hamil trimester III yang BAB kurang dari 3x, perut begah dan terasa penuh, feses yang keras, dan feses berwarna kecoklatan sebanyak 3 orang ibu hamil sehingga penulis tertarik untuk menyusun laporan akhir dengan judul "Asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang Lebong 2026 "

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan masalah yang didapati adanya ibu hamil trimester III yang mengalami masalah konstipasi, sehingga rumusan masalah pada LTA ini adalah. "Bagaimana Asuhan Kebidanan pada Ibu Hamil Trimester III dengan masalah konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang Lebong 2026"

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Memberikan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah konstipasi di PMB "R" Kabupaten Rejang Lebong 2026

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian dengan mengidentifikasi data subjektif dan objektif pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- b. Melakukan interpretasi data meliputi diagnosa, masalah dan kebutuhan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- c. Menentukan diagnosa/masalah potensial pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- d. Menentukan kebutuhan segera pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- e. Menyusun rencana tindakan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- f. Melakukan penatalaksanaan/implementasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi

- g. Mengevaluasi asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- h. Mengetahui kesenjangan antara teori dan kasus asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi tenaga Kesehatan khususnya bidan tentang asuhan kebidanan pada ibu hamil yang mengalami konstipasi dengan pemberian buah papaya.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi masukan dalam mengembangkan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan masalah konstipasi.

b. Bagi Institusi Pendidikan.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam melakukan tindakan promotif pada masalah konstipasi.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi masyarakat terutama bagi ibu hamil dalam mendapatkan pelayanan kesehatan khususnya asuhan kebidanan yang berkaitan dengan masalah konstipasi.