

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kehamilan adalah pertemuan antara sperma dan ovum, sedangkan masa pertumbuhan dimulai dari kelahiran hingga lahirnya seorang anak. Trimester ketiga kehamilan merupakan masa bagi seorang ibu untuk mempersiapkan diri baik secara fisiologis maupun mental untuk proses persalinan dan menyusui (Sukesi, 2020). Nyeri punggung, kesulitan bernapas, sering buang air kecil, kurang tidur, kontraksi palsu atau kontraksi *Braxton-hicks*, konstipasi atau kesulitan buang air besar adalah ketidaknyamanan yang dialami ibu hamil pada trimester ketiga (Alam, 2014).

Salah satu keluhan paling umum selama kehamilan adalah konstipasi. Otot-otot di saluran pencernaan, serta otot-otot di perut, mengendur akibat peningkatan hormon progesteron. Hal ini mempersulit usus untuk bergerak, yang pada akhirnya menyebabkan konstipasi (*slow-transit constipation*) (Hanim, 2019). konstipasi selama kehamilan dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik, mental, dan sosial wanita. Itu juga dapat menurunkan kualitas hidup seorang wanita, meningkatkan risiko wasir atau hemoroid, dan bahkan menyebabkan dia memiliki citra tubuh yang negatif (Yanti & Chairiyah, 2022). Selain itu, ibu hamil yang mengalami konstipasi lebih mungkin dibandingkan ibu hamil yang tidak mengalami konstipasi untuk mengalami operasi caesar, buang air besar pertama yang lebih lambat setelah melahirkan, dan wasir pasca persalinan (Shi et al., 2015).

Menurut Tumanggor (2014), mengatakan bahwa konstipasi memiliki beberapa gejala seperti sulit buang air besar, kembung atau bentuk kotoran keras atau kecil. Beberapa faktor yang mempengaruhi proses defekasi/ buang air besar antara lain : diet atau pola nutrisi, misalnya asupan serat yang tidak

adekuat, dehidrasi, obat-obatan, penyakit, kurang latihan fisik atau imobilisasi, psikologis atau kondisi kurang nyaman. Peningkatan hormon progesteron yang membuat otot menjadi rileks dan membuat usus bekerja kurang baik, ditambah oleh penekanan rahim yang membesar didaerah perut, serta mengonsumsi suplemen zat besi dan kalsium yang tidak masuk ke dalam tubuh dengan baik menjadi permasalahan yang dialami pada saat kehamilan (Ardhiyanti, 2017).

Dalam kehamilan 10-40% wanita hamil pernah mengalami konstipasi, 19% wanita hamil mengalami konstipasi pada trimester kedua, dan 21,8% pada trimester ketiga (Hanim, 2019a). Indonesia memiliki prevalensi konstipasi 12,9% lebih rendah pada tahun 2017 dibandingkan Cina dan Korea Selatan (masing-masing 15,2% dan 16,7%). Dari 12,9%, prevalensi konstipasi di Indonesia pada perempuan lebih tinggi (15,1%) dibandingkan laki-laki (10,7%), selama kehamilan prevalensi konstipasi bervariasi antara 11-14% (Yanti & Chairiyah, 2022). Sebanyak 43% Kasus konstipasi yang diderita wanita hamil mengeluhkan kesulitan buang air besar (Ardhiyanti, 2017).

Penatalaksanaan dalam mengatasi konstipasi secara farmakologis yaitu dengan pemberian obat pencahar (*laxative*), secara umum golongan obat pencahar terbagi atas: bulking agents, pelunak tinja (*stool softeners*), pencahar minyak mineral (*lubricant laxative*), pencahar bahan osmotik (*osmotic laxative*), dan pencahar perangsang (*stimulant laxative*). Sedangkan penatalaksanaan secara non farmakologis yaitu dengan meningkatkan asupan serat dan cairan seperti mengonsumsi buah-buahan tinggi serat, aktivitas fisik yang cukup, hindari makan porsi besar tetapi makan porsi kecil tapi sering, serta jangan menahan rasa ingin buang air besar (Sembiring, 2017).

Pengobatan non farmakologi yang sering dianjurkan untuk mengatasi konstipasi yaitu dengan meningkatkan konsumsi serat yaitu salah satunya dengan mengonsumsi buah pepaya (Widodo Sopotri et al., 2021). Karena kandungan zat non gizi yang dikandungnya, buah pepaya (*Carica papaya L*) juga dapat dimanfaatkan sebagai obat alami. *Carica papaya* merupakan sumber makanan yang tinggi serat, mengandung nutrisi yang sangat bermanfaat bagi

kesehatan, serta mengandung nutrisi yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. Selain mengandung serat yang tinggi, produk organik *carica papaya L* mengandung *enzim papain*, *chymopapain* dan senyawa *alkaloid carpaina* yang sangat bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan sistem pencernaan, meningkatkan massa kotoran dan air dalam sistem pencernaan, sehingga dapat melembekkan feses dan membuat buang air besar menjadi lancar.

Mengonsumsi pepaya saat kenyang dapat merangsang gerak peristaltik usus, jika ibu merasa ingin buang air besar, maka segeralah untuk buang air besar untuk mencegah konstipasi. (Yanti & Chairiyah, 2022). Karena kandungan serat makanannya tinggi pepaya sangat dianjurkan untuk dikonsumsi penderita sembelit (sulit buang air besar) (Sulihandri dalam Ardhiyanti, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian menurut (Yati dan Dharmayanti, 2018) bahwa ibu hamil yang teratur mengonsumsi buah pepaya hampir seluruhnya sebanyak 27 responden (90%), dan hampir seluruhnya mengalami konstipasi berkurang sebanyak 27 responden (90%). Maka simpulannya bahwa ada pengaruh pemberian buah pepaya terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III. Oleh karena itu, menurut Yati Dhamayati (2019) mengungkapkan bahwa menggunakan buah pepaya untuk mengatasi konstipasi pada ibu hamil trimester III sebab buah pepaya dipercaya dapat memperlancar pencernaan secara alami karena kandungan seratnya yang cukup tinggi, sehingga dapat mencukupi kebutuhan serat yang diperlukan oleh ibu hamil.

Berdasarkan hasil penelitian (Yanti & Chairiyah, 2022) dengan 70 responden ibu hamil didapatkan sebanyak 35 orang (50 %) orang yang mengonsumsi buah pepaya dan sebanyak 35 orang (50 %) orang yang tidak mengonsumsi buah pepaya dari hasil penelitian responden yang mengonsumsi buah pepaya lebih rendah mengalami konstipasi dibanding dengan responden yang tidak mengonsumsi buah pepaya, jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh jika mengonsumsi buah pepaya terhadap kejadian konstipasi pada ibu hamil Sedangkan berdasarkan penelitian menurut (Safitri et al., 2022) yang

dilakukan pada ibu hamil trimester III menunjukkan bahwa dengan pemberian buah pepaya secara rutin setiap hari tersebut pada hari ke 2 dan 3 ibu hamil yang mengalami konstipasi sudah mulai membaik dan BAB kembali lancar.

Berdasarkan hasil observasi dan data yang didapatkan dari kader Kampung Cipetir Desa Sukamaju Kecamatan Kadudampit Kabupaten Sukabumi terdapat 5 ibu hamil, 3 diantaranya merupakan ibu hamil trimester III dan dari hasil wawancara kepada 3 ibu hamil tersebut mereka mengatakan bahwa sedang mengeluhkan sulit buang air besar atau konstipasi.

Peran perawat sebagai pendidik atau edukator dalam proses asuhan keperawatan dalam mengaplikasikan pemberian buah pepaya terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III dapat memberikan edukasi kepada keluarga khususnya untuk ibu hamil yang mengalami konstipasi, selain edukasi perawat juga mengajarkan bagaimana caranya mengenai pencegahan terhadap konstipasi. Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis termotivasi untuk menulis karya tulis ilmiah dengan judul “Penerapan Pemberian *Carica Papaya* Terhadap Konstipasi Ibu Hamil Trimester III”.

B. TUJUAN PENULISAN

1. Tujuan Umum

Menerapkan pemberian *carica papaya* terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada ibu hamil trimester III
- b. Merumuskan masalah keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan konstipasi
- c. Menentukan intervensi keperawatan dengan penerapan pemberian *carica papaya* terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III
- d. Menerapkan implementasi keperawatan terhadap penerapan pemberian *carica papaya* terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III

- e. Melakukan evaluasi keperawatan dengan pemberian *carica papaya* terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III
- f. Mengaplikasikan asuhan keperawatan dengan penerapan pemberian *carica papaya*

C. MANFAAT PENULISAN

1. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Memperkuat teori yang sudah ada dan mendukung penelitian yang sudah ada, khususnya bidang keperawatan dalam mengatasi konstipasi pada ibu hamil trimester III dengan penerapan pemberian *carica papaya*

2. Bagi Klien dan Keluarga

Meningkakan pengetahuan pasien dan keluarga tentang penerapan pemberian *carica papaya* terhadap konstipasi pada ibu hamil trimester III.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam proses penelitian dalam Penerapan Pemberian *Carica Papaya* Terhadap konstipasi Pada Ibu Hamil Trimester III.