

PEMBERIAN BUAH PEPAYA PADA NY N KEHAMILAN TRIMESTER III DENGAN KONSTIPASI DESA KARANG ANYAR KECAMATAN LANGSA BARO KOTA LANGSA

Fifi Widya Safitri¹, Dewita^{2*}, Meliani Sukmadewi HRP³, Henniwati⁴,
Elizar⁵

^{1 2 3 4 5}Prodi Kebidanan Langsa, Poltekkes Kemenkes Aceh

*Corresponding author: witadewita1980@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 810 ibu hamil meninggal setiap harinya karena komplikasi terkait dengan kehamilan dan persalinan. Komplikasi utama yang menyebabkan hampir 75% dari semua kematian ibu hamil di dunia yaitu karena pendarahan, infeksi, *preeklamsia* dan *aborsi* yang tidak aman. Asuhan diberikan pada ibu hamil trimester III sesuai dengan asuhan kebidanan kehamilan normal. Rancangan asuhan ini menggunakan rancangan studi kasus dengan pendekatan kualitatif yang dilatar belakangi Asuhan Kebidanan Kehamilan Normal Trimester III pada ibu N di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa dari kunjungan pertama, kunjungan kedua, dan kunjungan ketiga. Cara pengumpulan data dengan wawancara yang dilakukan pada ibu hamil trimester III, keluarga pasien untuk mendapatkan data secara lengkap dengan format asuhan kebidanan kehamilan normal. Asuhan kebidanan kehamilan normal trimester III yang diberikan mulai dari pemeriksaan fisik yang bertujuan untuk menentukan kesehatan status klien, konseling dan pemberian buah pepaya yang bertujuan untuk mengatasi konstipasi, memberikan edukasi senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung, serta memberikan konseling cara mengatasi sering buang air kecil pada malam hari. Asuhan Kebidanan Kehamilan Normal Trimester III yang diberikan pada Ibu N umur 24 tahun G1P0A0 dengan kehamilan normal.

Kata Kunci: *Konstipasi; pemberian buah papaya; trimester III*

ABSTRACT

Based on data from the World Health Organization (WHO), around 810 pregnant women die every day due to complications related to pregnancy and childbirth. The main complications that cause almost 75% of all maternal deaths in the world are bleeding, infection, preeclampsia and unsafe abortion. The care given to pregnant women in the third trimester was in accordance with normal pregnancy midwifery care. This care design used a case study design with a qualitative approach as the background of the third trimester normal pregnancy midwifery care for Mrs. N in Karang Anyar Village, Langsa Baro District, Langsa City from the first visit, second visit, and third visit. Data collection was carried out by interviewing pregnant women in the third trimester and the patient's family to obtain complete data with the format of normal pregnancy midwifery care. Midwifery care for normal pregnancy in the third trimester was provided starting from a physical examination which aimed to determine the health status of the client, counseling and giving papaya fruit which aimed to overcome constipation, providing education on pregnancy exercises to reduce back pain, as well as providing counseling on how to deal with frequent bowel movements at night. Midwifery care for normal pregnancy third trimester given to Mrs. N aged 24 years G1P0A0 with normal pregnancy.

Keywords: *Constipation; papaya fruit provision; third trimester*

Pendahuluan

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu (Hanif, 2021). Tujuan SDGs adalah terciptanya kondisi kehamilan dan persalinan yang aman, serta ibu dan bayi yang dilahirkan dapat hidup sehat pada tahun 2030, pencapaian target dalam mengurangi rasio kematian ibu secara global hingga kurang dari 70/100.000 dan mengurangi angka kematian bayi (AKB). Jumlah kematian bayi berusia di bawah satu tahun, per 1000 kelahiran hidup pada satu tahun tertentu sebanyak 72,0% (20.266 kematian) (Kemenkes RI, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 810 ibu hamil meninggal setiap harinya karena komplikasi terkait kehamilan dan persalinan. Komplikasi utama yang menyebabkan hampir 75% dari semua kematian ibu hamil di dunia karena pendarahan, infeksi, preeklamsia dan aborsi yang tidak aman (Sullistiyanti., Hastuti., Rochmawati, 2021).

Kemenkes Republik Indonesia, menyebutkan bahwa AKI pada tahun 2020 sebanyak 4.627 jiwa, yang menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Adapun sebagian besar kematian ibu pada tahun 2020 disebabkan oleh pendarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan

sebanyak 1.110 kasus dan gangguan sistem peredaran darah 230 kasus (Hanif, 2021).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh bahwa tahun 2020 sama dengan tahun sebelumnya yaitu 172 per 100.000 kelahiran hidup, dengan jumlah kematian ibu sebanyak 173 kasus, tertinggi di Kabupaten Aceh Timur sebanyak 19 kasus diikuti Aceh Utara sebanyak 17 kasus dan terendah di Sabang sebanyak 1 kasus (Dr. Hanif, 2019).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Langsa bahwa bulan Januari s.d November 2021 dilaporkan angka kematian ibu 8 per 100.000 kelahiran hidup disebabkan kasus hipertensi dan kasus lainnya. Data ini menunjukkan kenaikan dibandingkan tahun lalu yaitu 4 per 100.000 kelahiran hidup. Lalu, data dari Puskesmas Langsa Baro Kota Langsa bahwa bulan Januari s.d November 2021, jumlah K1 sebanyak 1006 orang (90,5%) dan K4 sebanyak 896 orang (80,6%) dengan jumlah ibu hamil 1111 orang. Jumlah AKI di Langsa Baro sebanyak 1 jiwa yaitu Desa Pb Seulemak pada bulan November dan AKB sebanyak 0 jiwa.

Berdasarkan data dari Polindes Desa Karang Anyar tahun 2021 diketahui jumlah ibu hamil 98 jiwa, pada trimester I berjumlah 27 jiwa, trimester II berjumlah 59 jiwa dan trimester III berjumlah 27 jiwa. Pada ibu hamil trimester III, penulis

memilih satu diantaranya untuk diberikan asuhan kehamilan normal trimester III.

Upaya untuk menurunkan AKI dan AKB pemerintah membuat kebijakan agar setiap ibu mampu mengakses pelayanan kesehatan yang berkualitas, pada ibu hamil mendapatkan pelayanan Antenatal Care yang berkualitas dan terpadu (10 T) dan diberikan Program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K). Antenatal terpadu merupakan pelayanan antenatal komprehensif dan berkualitas yang diberikan kepada semua ibu hamil. Setiap kehamilan dalam perkembangannya mempunyai risiko mengalami komplikasi. Maka, pelayanan antenatal dilakukan secara rutin, terpadu dan sesuai standar pelayanan antenatal yang berkualitas (WHO, 2019).

Pada masa pandemi, ibu hamil dianjurkan mengunjungi bidan dan dokter untuk melakukan pemeriksaan sesuai standar pelayanan minimal 6 kali selama kehamilan dan minimal 2 kali pemeriksaan dokter pada trimester pertama dan ketiga, 2 kali pada trimester pertama (dalam 12 minggu kehamilan), 1 kali pada trimester kedua (usia kehamilan 12 - 26 minggu), 3 kali pada trimester ketiga (kehamilan di atas 24 - 40 minggu) (Kemenkes RI, 2020).

Metode Penelitian

Rancangan asuhan ini menggunakan rancangan penelaahan kasus dengan

pendekatan kualitatif yang dilatarbelakangi asuhan kebidanan pada ibu N dengan kehamilan normal trimester III di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara pada ibu hamil trimester III dan keluarga pasien untuk mendapatkan data secara lengkap dengan format asuhan kebidanan pada ibu hamil, serta melakukan pemeriksaan fisik untuk menentukan kesehatan status klien, konseling dan pemberian buah pepaya untuk mengatasi konstipasi, memberikan edukasi senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung, serta memberikan konseling cara mengatasi sering buang air kecil pada malam hari.

Hasil Penelitian

Hasil pengkajian data didapatkan selama 3 kali kunjungan yang dimulai pada tanggal 7, 14 dan 21 Februari 2022. Hasil penelitian yang didapatkan yaitu:

1. Kunjungan Pertama

Asuhan pertama dilakukan pada tanggal 7 Februari 2022 pukul 12.40 Wib. bahwa data subyektif yang didapatkan penulis pada Ibu N umur 24 tahun G1P0A0, HPHT 09-06-2021 usia kehamilan 34 minggu 4 hari. Ibu mengatakan ketidaknyamanan trimester III yaitu sulit BAB, jika BAB 1 kali dalam sehari.

Hasil pemeriksaan obyektif

didapatkan keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis, tekanan darah 110/75 mmHg, nadi 80x/menit, pernapasan 20x/menit, suhu 36,5° C, BB sekarang 54 kg, BB sebelum hamil 36 kg, pembesaran perut sesuai dengan umur kehamilan, TFU 28 cm, punggung kanan, presentasi kepala, kepala belum masuk pintu atas panggul, DJJ 142x/menit, TBJ = $(28-11) \times 155 = 2.635$ gram. Hasil pemeriksaan fisik normal dan data pemeriksaan Hb 12 gr/dl. Dari data subyektif dan obyektif yang didapatkan, Ibu N umur 24 tahun G1P0A0 usia kehamilan 34 minggu 4 hari dengan kehamilan normal dengan ketidaknyamanan konstipasi.

Penatalaksanaan yang diberikan kepada ibu hamil trimester III dengan konstipasi yaitu pemberian buah pepaya untuk memperlancar konstipasi. Asumsi ini sesuai dengan penelitian Yati Dharmayati (2018) yang berjudul Pengaruh Konsumsi Buah Pepaya terhadap Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil Trimester III, menggunakan metode desain pra eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Variabel independen adalah pengaruh buah pepaya, sedangkan variabel dependen adalah konstipasi ibu hamil trimester III. Hasil penelitian menunjukkan ibu hamil yang mengalami konstipasi berkurang sebanyak 27% responden (90%), yang mengalami konstipasi tetap sebanyak 3 responden (10%) dan yang mengalami konstipasi

meningkat 0 responden (0%). Hal ini disebabkan oleh manfaat buah pepaya untuk membantu proses pencernaan, karena pepaya adalah sumber yang kaya enzim proteolitik, seperti *papain*, *chymopain*, *caricain* dan *glycyl endopeptidase*. Maka, peneliti menggunakan pepaya untuk mengatasi konstipasi pada ibu hamil trimester III yang dipercaya memperlancar pencernaan secara alami karena kandungan seratnya yang cukup tinggi, sehingga mencukupi kebutuhan serat yang diperlukan oleh ibu hamil (Dharmayati, 2018).



Gambar 1. Pemberian Buah Pepaya

2. Kunjungan Kedua

Asuhan kedua dilakukan tanggal 14 Februari 2022 pukul 15.00 Wib. Pada pukul 11.00 Wib. ibu mengatakan bahwa BAB sudah lancar dan tidak ada konstipasi lagi. Ibu mengatakan sering nyeri punggung.

Hasil pemeriksaan obyektif didapatkan keadaan umum ibu baik, kesadaran composmentis, tekanan darah 110/80 mmHg, nadi 80x/menit, pernapasan 22x/menit, suhu 36,5° C, BB sekarang 54,5kg, TFU 29 cm, punggung kanan,

presentasi kepala, kepala belum masuk pintu atas panggul, DJJ 142x/menit, TBJ = $(29-11) \times 155 = 2.790$ gram. Dari data subyektif dan obyektif yang didapat ibu N umur 24 tahun G1P0A0 usia kehamilan 35 minggu 4 hari memiliki kehamilan normal dengan ketidaknyamanan nyeri punggung.

Penatalaksanaan yang diberikan untuk ibu hamil trimester III yaitu dengan senam hamil untuk mengurangi nyeri punggung. Asumsi ini sesuai dengan penelitian Hamdiah yang berjudul Pengaruh Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Klinik Etam Tahun 2019, menggunakan metode penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *non equivalent control group* dan jumlah sampel 20 responden pada kelompok intervensi dan control masing-masing 10 orang. Hasil penelitian sebelum dilakukan senam hamil didapatkan nyeri punggung dengan rata-rata 3.7 dan kelompok control 3.2. Sedangkan pada kelompok intervensi ibu hamil sesudah dilakukan senam hamil didapatkan nyeri punggung dengan rata-rata 0 dan kelompok control 3. Maka, disimpulkan bahwa ada pengaruh nyeri punggung pada ibu hamil setelah melakukan senam hamil. Sehingga, terjadi penurunan nyeri punggung karena senam bermanfaat selama hamil untuk mengurangi sakit pinggang, pembuluh darah yang melebar (*varises*), adanya nyeri pada sendi dan otot serta

persendian, bertambahnya tenaga saat melahirkan dan memperkuat otot panggul, otot abdomen dan otot pinggang (Hamdiah., Tanuadike., Sulfianti, 2020).



Gambar 2. Edukasi Senam Hamil

3. Kunjungan Ketiga

Asuhan ketiga dilakukan tanggal 21 Februari 2022 pukul 11.00 Wib. Pada pukul 11.00 Wib. ibu mengatakan nyeri punggung sudah mulai berkurang, hanya dirasakan ketika mengangkat benda berat. Namun, ibu juga mengatakan sering buang air kecil di malam hari sehingga mengganggu tidur ibu.

Hasil pemeriksaan obyektif didapatkan tekanan darah 110/80 mmHg, nadi 80x/menit, pernapasan 24x/menit, suhu $36,5^{\circ}$ C, BB sekarang 54 kg, TFU 30 cm, punggung kanan, presentasi kepala, kepala masuk pintu atas panggul, DJJ 142x/menit, TBJ = $(30-12) \times 155 = 2.790$ gram. Dari data subyektif dan obyektif yang didapat ibu N umur 24 tahun G1P0A0 usia kehamilan 36 minggu 4 hari memiliki kehamilan normal dengan ketidaknyamanan sering buang air kecil di malam hari.

Penatalaksanaan yang diberikan

kepada ibu hamil trimester III yaitu memberikan penjelasan tentang penyebab sering BAK adalah perubahan fisiologis normal yang dialami pada kehamilan trimester III, dianjurkan ibu mengosongkan kandung kemih saat ada dorongan untuk kencing, memperbanyak konsumsi air putih pada siang hari untuk mencegah nokturia dan mengurangi konsumsi air putih pada malam hari (Khairroh, 2019).



Gambar 3. Konseling Mengatasi BAK

Simpulan

Adapun simpulan yang didapatkan dari pelaksanaan Asuhan Kebidanan Kehamilan Normal Trimester III di Desa Karang Anyar Kecamatan Langsa Baro Kota Langsa adalah Asuhan kebidanan kehamilan pada kunjungan pertama dilakukan pemeriksaan fisik, memberikan pendidikan kesehatan tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi trimester III, memberikan buah pepaya untuk mengatasi ketidaknyamanan trimester III berupa konstipasi dan memberikan pendidikan kesehatan tentang tanda bahaya kehamilan.

Asuhan kebidanan kehamilan pada

kunjungan kedua dilakukan pemeriksaan fisik, pemantauan keadaan ibu hamil trimester III pada kunjungan pertama yaitu memberikan buah pepaya untuk mengatasi konstipasi dan hasilnya BAB sudah mulai lancar dan tidak mengalami konstipasi lagi, memberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene*, mengajarkan ibu teknik senam ibu hamil, memberikan edukasi melalui video tentang pemijatan perineum untuk meminimalkan resiko terjadinya ruptur perineum dan mengajarkan ibu cara pijat perineum menggunakan pantom.

Asuhan kebidanan kehamilan pada kunjungan ketiga dilakukan pemeriksaan fisik, mengevaluasi keadaan ibu hamil trimester III pada kunjungan kedua yaitu memberikan senam hamil untuk mengatasi nyeri pada punggung dan hasilnya nyeri punggung berkurang, memberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan, memberikan edukasi melalui video perawatan payudara, mengajarkan ibu cara perawatan payudara menggunakan pantom dan memberikan pendidikan kesehatan tentang tanda persalinan.

Saran

Saran yang dapat penulis sampaikan, sebaiknya kepada setiap wanita hamil harus bekerjasama dan mengikuti anjuran yang diberikan bidan, karena bermanfaat bagi proses persalinannya terhadap keselamatan

diri dan bayinya. Selanjutnya, kepada Dinas kesehatan mempertahankan pelayanan dan meningkatkan standar yang menjadi kebijakan pemerintah terutama asuhan kebidanan persalinan normal. Lalu, kepada tenaga kesehatan/bidan diharapkan sebagai pengambil keputusan khususnya bidan desa meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan dengan membuat program untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya ibu dan anak.

Ibu Hamil tentang Preeklampsia di Masa Pandemi Covid-19. Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKesNas) Vol.4 No.1 Hal.127-33.

WHO. 2019. *AKI dan AKB 2019*. Journal of Chemical Information and Modeling Vol.53 No.9.

Daftar Pustaka

- Dharmayati, Yati. 2018. *Pengaruh Konsumsi Buah Pepaya terhadap Kejadian Konstipasi pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Kebidanan, hal.1-5.
- Dr. Hanif. 2019. *Profil Kesehatan Aceh*. Dk 53(9).
- Hamdiah, H., Tupur, T., Evi, S. 2020. *Pengaruh Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Klinik Etam Tahun 2019*. Indonesian Journal of Midwifery (IJM) Vol.3 No.1 Hal.8-12. Doi: 10.35473/ijm.v3i1.418.
- Hanif. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*.
- Kemenkes, RI. 2019. *DAK Fisik Bidang Kesehatan dalam Mendukung Target Penurunan Angka Kematian Ibu dan Anak*. Angewandte Chemie International Edition, Vol.6 No.11 Hal.951-952.
- _____. 2020. *Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir di Era Adaptasi Baru*.
- Khairoh, M. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan Trimester III*. Karya Tulis Ilmiah, Hal.1-7.
- Sullistiyanti, A., Febiola, D.H., Lusa, R. 2021. *Tingkat Pengetahuan dan Sikap*