

**SOSIALISASI PEMBERIAN INFORMASI DAMPAK SARAF KEJEPIT
UNTUK IBU HAMIL TRIMESTER III DI KELURAHAN
KEMENANGAN TANI**

Sri Yunita Perangin Angin^{1*}, Faija Sihombing², Hildayani Kaban³, Chainny
Rhamawan⁴, Etika Mulia Sari⁵

¹⁻⁵Universitas Audi Indonesia

Email Korespondensi: sriyunita237@gmail.com

Disubmit: 27 November 2023

Diterima: 22 Februari 2024

Diterbitkan: 01 Maret 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13138>

ABSTRAK

Sosialisasi ini membahas tentang peranan ibu hamil dalam menyikapi dampak Saraf terjepit untuk ibu hamil. Dengan adanya sosialisasi pemberian informasi dampak saraf kejepit maka perlu dilakukan konseling, memberikan informasi, memotivasi dan memantau dampak saraf kejepit tersebut agar dapat menghambat terjadi kerusakan saraf akibat adanya tekanan, baik tekanan langsung maupun tidak langsung. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif ini dipilih guna memperoleh informasi yang lebih luas dan mendalam mengenai hal-hal yang menjadi bahan pembahasan yang hendaknya dicari jawabannya dalam penelitian ini. Penelitian ini akan dilakukan di Kelurahan Kemenangan Tani dengan memilih 4 kasus ibu hamil yang mengalami saraf terjepit. Metode pengumpulan datanya adalah metode wawancara karena dengan metode ini akan diperoleh informasi yang valid dan langsung dari sumbernya. Dengan pemberian Sosialisasi kepada ibu hamil trimester ke III maka ibu hamil dapat informasi, motivasi dan konseling secara langsung.

Kata Kunci: Sosialisasi, Ibu Hamil, Trimester Ketiga, Saraf Kejepit

ABSTRACT

This socialization discusses the role of pregnant women in responding to the impact of pinched nerves on pregnant women. By providing information on the impact of pinched nerves, it is necessary to provide counseling, provide information, motivate and monitor the impact of pinched nerves in order to prevent nerve damage from occurring due to pressure, both direct and indirect pressure. The research approach used in this research is qualitative with a case study method. This qualitative approach was chosen in order to obtain broader and in-depth information regarding the matters that are the subject of discussion and answers should be sought in this research. This research will be carried out at the victory farmer village by selecting 4 cases of pregnant women who experienced a pinched nerve. The data collection method is the interview method because with this method valid information will be obtained directly from the source. By providing socialization to pregnant women in the third trimester, pregnant women can receive information, motivation and counseling directly.

Keywords: Socialization, Pregnant Women, Third Trimester, Pinched Nerves

1. PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu tolak ukur untuk menilai derajat kesehatan perempuan di suatu negara. Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup, sementara itu pemerintah menargetkan dalam *Millennium Development Goals (MDG's)* pada tahun 2015 menjadi 108 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut profil kesehatan tahun 2013 tercatat Angka Kematian Ibu (AKI) yang sampai saat ini tercatat terdapat 40 kasus.

Berdasarkan jurnal *Community Practitioner* (2010), ibu hamil mengalami banyak sekali permasalahan selama kehamilannya yaitu pada ketidaknyamanan dan tentunya akan berdampak pada status kesehatan ibu hamil selama kehamilannya. Ketidaknyamanan yang dialami ibu diantaranya adalah masalah peregangan ligamen pada daerah pubis yang menyebabkan nyeri pinggang, nyeri punggung, bahkan mengalami saraf terjepit, edema pada ibu hamil dengan peningkatan tekanan darah, kandidiasis vagina juga merupakan hal yang umum terjadi pada ibu selama kehamilan.

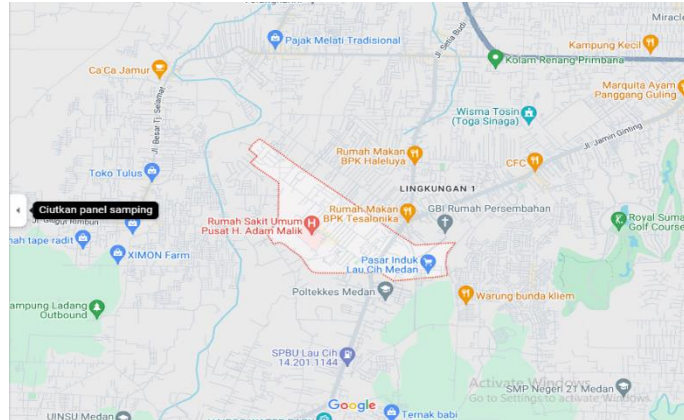
Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh Bullock et. Al (2011) menemukan bahwa sekitar 88,2% wanita hamil yang mengalami nyeri punggung. Pada usia kehamilan 14 - 22 minggu, sekitar 62% wanita hamil yang melaporkan kejadian nyeri punggung bawah. Menurut beberapa penelitian dilakukan ada hubungan yang dapat saling mempengaruhi antara Saraf Terjepit (HNP) dan juga kehamilan, seseorang yang mengalami saraf terjepit kemudian hamil bisa mengalami perburukan kondisi HNP nya atau seseorang yang tidak HNP namun karena kehamilannya akhirnya menjadi HNP.

Menurut beberapa penelitian dilakukan ada hubungan yang dapat saling mempengaruhi antara Saraf Terjepit (HNP) dan juga kehamilan, seseorang yang mengalami saraf terjepit kemudian hamil bisa mengalami perburukan kondisi HNP nya atau seseorang yang tidak HNP namun karena kehamilannya akhirnya menjadi HNP. Saraf kejepit adalah suatu kondisi di mana saraf tertekan oleh bagian sekitarnya. Ketika Anda mengalami kondisi saraf terjepit, tubuh Anda akan mengirimkan sinyal berupa rasa nyeri. Tentu sebaiknya Anda tidak remehkan tanda-tanda saraf kejepit, sebab kerusakan saraf bisa jadi besar.

Ada beberapa dampak yang dapat terjadi ketika saraf terjepit dibiarkan, seperti jaringan lunak atau pelindung di sekitar saraf dapat pecah. Hal tersebut dapat membentuk cairan, yang dapat menyebabkan pembengkakan, tekanan ekstra, dan jaringan parut. Jika saraf kejepit terjadi pada waktu yang singkat, tentu tidak ada kerusakan permanen pada saraf. Namun, jika tekanan terjadi terus menerus tentu saja saraf bisa rusak secara permanen.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Terdapat beberapa ibu hamil yang mengalami saraf kejepit salah satunya mengalami ketidaknyamanan karena adanya kesalahan posisi pada waktu tidur atau salah posisi tubuh saat mengangkat beban yang berat. Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit dapat membahayakan keselamatan ibu dan janinnya jika persalinan secara spontan, karena ibu akan mengalami susah meneran.



Gambar 1. Lokasi PKM

3. KAJIAN PUSTAKA

Saraf Terjepit (HNP) yaitu turunnya kandungan annulus fibrosus dari diskus intervertebralis lumbal pada spinal canal atau rupture annulus fibrosus dengan tekanan dari nucleus pulposus yang menyebabkan kompresi pada element saraf. Pada umumnya HNP pada lumbal sering terjadi pada L4-L5 dan L5-S1. Kompresi saraf pada level ini melibatkan root nerve L4, L5, dan S1. Hal ini akan menyebabkan nyeri dari pantat dan menjalar ketungkai. Kebas dan nyeri menjalar yang tajam merupakan hal yang sering dirasakan penderita Saraf terjepit (HNP). Weakness pada grup otot tertentu namun jarang terjadi pada banyak grup otot (Simanjuntak, 2021).

Syaraf terjepit penyakit yang terjadi karena kerusakan syaraf akibat tekanan, baik tekanan secara langsung maupun tidak secara langsung. Masalah sering muncul pada ibu hamil sering dianggap remeh dan dipandang dengan sebelah mata, ternyata itu kesalahan yang besar sekali, karena saraf terjepit sangat berbahaya. Dimana syaraf terjepit bisa mengakibatkan penurunan sistem syaraf dalam menghantarkan sinyal dari otak ataupun sebaliknya. Penyebab terjadinya syaraf terjepit karena adanya kesalahan posisi pada waktu tidur atau salah posisi tubuh saat mengangkat beban yang berat. Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit dapat membahayakan keselamatan ibu dan janinnya jika persalinan secara spontan, karena ibu akan mengalami susah meneran. Kenyaman ibu juga terganggu, seperti posisi pada saat ibu tidur.

Adaptif yang dilakukan oleh Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit adalah peningkatan spiritual, berpikir positif, dukungan dari suami dan keluarga, tidak putus asa melakukan pengobatan dan tetap semangat dalam menjalankan kehamilannya.

Respon Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari persepsi Ibu tentang arti masa kehamilan, perubahan - perubahan yang terjadi pada masa kehamilan, nilai seorang janin dalam kandungan sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh nilai dan kepercayaan. Penanganan yang dapat diberikan dengan dukungan motivasi, semangat yang diberikan kepada ibu selama masa kehamilannya membuat ibu semangat dalam menjalankan masa kehamilannya dan ibu termotivasi untuk menjalankan pengobatan dan terapi pengobatan saraf terjepit yang di alami Ibu hamil.

4. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan sosialisasi dengan ibu hamil dengan memberikan dukungan motivasi, semangat yang diberikan kepada ibu selama masa kehamilannya sehingga membuat ibu semangat dalam menjalankan masa kehamilannya dan ibu termotivasi untuk menjalankan pengobatan dan terapi pengobatan saraf terjepit yang di alami Ibu hamil selama kehamilan. Jumlah responden sebanyak 4 kasus. Menjelaskan langkah-langkah pengabdian dan langkah-langkah pelaksanaan.

Table 1. Langkah-Langkah Pengabdian Dan Langkah-Langkah Pelaksanaan

No	Jenis Kegiatan	Bulan									
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1	Pra survey	■									
2	Penyusunan proposal	■	■								
3	Observasi		■	■	■	■	■				
4	Studi Pustaka						■				
5	Tabulasi lembar observasi						■				
6	Studi literature							■			
7	Analisis data								■		
8	Penyusunan laporan 70%								■		
9	Penyusunan laporan 100								■		
10	Pembuatan jurnal									■	
11	Proseding										■
12	Penyusunan draf buku ajar										■

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

Sebelum disosialisasikan pemberian informasi Syaraf terjepit ibu mengalami ketidaknyamanan, cemas, khawatir karena adanya kesalahan posisi pada waktu tidur atau salah posisi tubuh saat mengangkat beban yang berat. Setelah memahami manfaat pemberian informasi penanganan saraf kejepit ibu semangat dalam menjalankan kehamilannya. metode penelitian ini adalah kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan kualitatif ini dipilih agar dapat memperoleh keterangan yang lebih luas dan mendalam mengenai hal-hal yng menjadi pokok pembahasan yang harus diketemukan jawabannya dalam penelitian ini, maka hasil yang didapat setelah dilakukan sosialisasi pemberian infromasi saraf kejepit ibu hamil melakukan pengobatan dan tetap semangat dalam menjalankan kehamilannya.

b. Pembahasan

Hasil penelitian ini sesuai dengan konsep yang dikemukakan oleh

Murray dan McKinney (2006) bahwa dampak psikologis pada Ibu Hamil yang mengalami saraf terjepit adalah Ibu hamil merasa khawatir, cemas, tidak nyaman dengan kehamilannya sehingga menimbulkan stres dan cemas dalam berbagai aspek dalam menghadapi masa kehamilannya dalam kehidupan sehari-hari.

Hal yang sama dengan penelitian ini adalah hasil penelitian yang dilakukan oleh Lee (2001) dalam Anggreni, 2009 terhadap Ibu Hamil yang mengalami Saraf terjepit di Thailand yang memperoleh hasil terjadinya peningkatan kecemasan dan ketegangan pada perempuan yang mengalami saraf terjepit. Kecemasan dan ketegangan ini mengganggu dalam berhubungan dengan orang lain karena adanya sikap cemas yang tinggi yang berlebihan ketika berbicara dengan orang lain dan mudah terpicunya emosi jika ada pernyataan orang lain yang dianggap menyinggung kehamilannya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan juga sesuai dengan hasil penelitian Ferrystoner, 2013 bahwa ibu hamil yang mengalami saraf terjepit mempunyai pasangan yang tidak memberikan semangat dan mendukung kehamilannya sering kali mengalami perasaan tertekan terutama pihak wanita yang pada akhirnya dapat jatuh pada keadaan depresi, cemas dan lelah yang berkepanjangan. Perasaan yang dialami para wanita tersebut timbul sebagai akibat dari hasil pemeriksaan, pengobatan dan penanganan yang terus menerus tidak membuahkan hasil. Hal inilah yang mengakibatkan wanita merasa kehilangan kepercayaan diri serta perasaan tidak enak terhadap diri sendiri, suami dan keluarga ataupun lingkungan dimana wanita itu berada. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Halman, Andrew, Abbey, 1994 dalam Bobak, 2004 yang mengemukakan bahwa wanita banyak yang mengalami stres terhadap pemeriksaan dan pengobatan, menempatkan kepentingan yang lebih besar dalam hal mempunyai anak dan menginginkan anak yang lebih banyak.

Ada persamaan dengan teori nyeri pinggang pada ibu hamil terjadi dikarenakan adanya pembesaran uterus yang semakin tua kehamilan maka semakin besar uterus. Uterus yang membesar dan penambahan berat badan janin membuat pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan dan tekanan gravitasi uterus mengakibatkan perubahan bentuk tubuh menjadi lordosis sehingga terjadi penekanan saraf lumbal yang merangsang reseptor nyeri terutama nyeri pinggang (Silvia, 2022); (Widyaningsih, 2021); (Marjiyanti, 202). Hal ini sejalan dengan pendapatnya Apriliyanti (2015) Yang dimana Rasa nyeri akan bertambah seiring dengan penambahan usia kehamilan terutama pada kehamilan trimester III. Pada ibu hamil trimester III, banyak ibu hamil yang mengalami nyeri pinggang bawah selama kehamilan. Secara umum nyeri pinggang bawah pada ibu hamil dipengaruhi beberapa faktor yaitu peningkatan berat badan dan fisiologi tulang belakang. Adanya kelengkungan tulang belakang ibu hamil yang meningkat kearah akhir kehamilan dan perubahan postur tubuh. Adanya ketidak seimbangan antara keadaan atau posisi yang salah tersebut jika berlangsung lama akan menimbulkan ketegangan pada ligament dan otot yang menyebabkan kelelahan pada otot. Uterus yang membesar akan memperbesar derajat lordosis sehingga sering menyebabkan sakit pinggang (Indaryani, 2022); (Katarosa, 2021).

6. KESIMPULAN

- a. Ibu sudah memahami manfaat pemberian informasi menangani saraf kejepit
- b. Setelah dilakukan sosialisasi maka Adaptif yang dilakukan oleh Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit adalah peningkatan spiritual, berpikir positif, dukungan dari suami dan keluarga, tidak putus asa melakukan pengobatan dan tetap semangat dalam menjalankan kehamilannya.
- c. Respon Ibu hamil yang mengalami saraf terjepit sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari persepsi Ibu tentang arti masa kehamilan, perubahan - perubahan yang terjadi pada masa kehamilam, nilai seorang janin dalam kandungan sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh nilai dan kepercayaan.
- d. ibu hamil yang mengalami saraf terjepit dalam merespon dan mempunyai perasaan perubahan yang terjadi pada masa kehamilannya khususnya pada kehamilan Trimester III mempunyai peran yang berbeda-beda. Suami dan Keluarga yang memiliki tingkat kesadaran yang positif maka akan memiliki dampak yang baik bagi psikis Ibu hamil. Dengan dukungan motivasi, semangat yang diberikan kepada ibu selama masa kehamilannya membuat ibu semangat dalam menjalankan masa kehamilannya dan ibu termotivasi untuk menjalankan pengobatan dan therapi pengobatan saraf terjepit yang di alami Ibu hamil.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Arief, Mansjoer Dkk. (2001). *Kapita Selekta Kedokteran Jilid 1*. Jakarta : Media Aesculapulus
- Aziz, Abdul. (2014), *Sistem Pakar Untuk Mendiagnosis Penyakit Ikan Bawal Berbasis Web*, Stmik Amikom Yogyakarta, Yogyakarta.
- Bull, Elanor Dan Graham Archard. *Simple Guide Back Pain*. Jakarta Erlangga, (2007). *Community Practitioner. Pregnancy Part Serven: Minor Discomforts And Medical Complications*.
- Fatmasari, Dian. (2016). Hubungan Antara Obesitas Sentral Dengan Derajat Hernia Nucleus Pulposus Di Klinik Fisioterapi Kota Makassar. *Skripsi*. (Makassar: Fakultas Studi Si Profesi Fisioterapi Universitas Hasanuddin Makassar). Diambil Dari <http://Repository.Unhas.Ac.Id/Bitstream/Handle/123456789/19034/Dian%2520fatmasari%2520c13112008.Pdf>. Diakses Pada Tanggal 29 Juli 2020. Jam 21:30 Wib
- Gama Andhika Adhitama, Anggit Dwi Hartanto, Dkk. (2017). "Penerapan Theorema Bayes Pada Sistem Pakar Penyakit Herniated Nucleus Pulposus (Hnp)", *Jurnal Ilmiah Dasi*. Vol. 18 No. 2. Diambil Dari <https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/17767-Id-Penerapan-TheoremaBayesPadasistempak.Pdf&Sa=U&Ved=2ahukewijtpss7pfiahwkq48kHcklc-Oqfjaaegqiarab&Usg=Aovvawlahol-F155fplxe8zrvdq>. Diakses Tanggal 20 Juli 2020. Jam 18:00 Wib
- Gunawan, Imam. (2004). *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara. [Http://Www.Medkes.Com/2014/06/Hernia-Nukleuspulposus-Atau-Saraf-Terjepit.Htm](http://Www.Medkes.Com/2014/06/Hernia-Nukleuspulposus-Atau-Saraf-Terjepit.Htm)
- Katarosa, R. I., Rahayu, E. S., Mariati, M., & Savitri, W. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Masalah Emesis Gravidarum Di Pmb "E" Argamakmur Bengkulu Utara Tahun*

- 2021 (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Marjianti, D. (2020). *Penatalaksanaan Senam Hamil Terhadap Ny. M Dengan Nyeri Pinggang Di Pmb Jilly Punnica Lampung Selatan Tahun 2020* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Megasari, Miratu Et Al.(2014). *Panduan Belajar Asuhan Kebidanan I*. Yogyakarta: Deepublish, Indaryani, I., Iskandar, S., Yani, S., Merianti, D., & Asmara, R. (2022). Efektivitas Akupresur Dalam Mengurangi Rasa Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 5(1), 1-5.
- Prawirohardjo,(2014). *Sarwono Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka. Jakarta. ; 700 2.
- Simanjuntak, M. L. (2021). *Hubungan Antara Parameter Geometrik Sagital Lumbosakral Dengan Kejadian Hernia Nukleus Pulposus Pada Pasien Yang Dilakukan Pemeriksaan Mri Lumbosakral* (Doctoral Dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Proquest Nursing & Allied Health Source. (2003). Cunningham. William Obstetri. Egc. Jakarta. 2013; 744 3.
- Sabino, Jennifer Dan Jonathan N. *Pregnancy And Low Back Pain*. Musculoskeletal Med Doi 10.1007/S12178-008-9021-8,2008
- Saifudin, Abdul Bahri. (2008). *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka,.
- Sibghotallah, Zulfa Afifah, (2014), *Sistem Pakar Pemilihan Obat Pada Pasien Hipertensi Berbasis Web Menggunakan Metode Certainty Factor*, Stmik Amikom Yogyakarta, Yogyakarta
- Silvia, A., Afriyani, L. D., Dini, R. L., Putri, A., & Apriyelva, S. (2022, December). Implementasi Asuhan Kebidanan Komunitas Akupresure, Pijat Oksitosin, Pengukuran Kpsp, Dan Perencanaan Kehamilan Di Desa Masaran Kecamatan Masaran. In *Prosiding Seminar Nasional Dan Cfp Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, No. 2, Pp. 557-569).
- Srisayekti Willis, David A. Setiady, Dkk. (2015). Harga Diri (Self Esteem) Terancam Dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi* Vol. 42, No. 2. DiambilDari<https://www.google.com/url?q=https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/download/7169/5613&sa=U&ved=2ahukewjm2uoiFiahvqccskhxx6ddoqjaAegqibbab&usq=Aovvawocdffq4dm2xgYmy6qqkl>. Diakses Pada Tanggal 20 Agustus 2020. Jam 19:25 Wib
- Tanzen, Ahmad. (2011). *Metode Penelitian Praktis*, Yogyakarta: Teras.
- Usman, Husaini Dan Akbar, Purnomo Setiady. 2006. *Metodologi Penelitian Sosial*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Widyaningsih, S. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Ny. "E" Masa Kehamilan Trimester Iii, Persalinan, Nifas, Neonatus Dan Kb Pascasalin Di Pmb Endah Wiendiarti, S. St Kabupaten Madiun* (Doctoral Dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia).
- World Health Organization. Available From [Http://www.who.int/](http://www.who.int/) Diakses Pada 08 Februari 2020.