

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kehamilan merupakan proses yang fisiologis yang diawali dari masa konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan yang normal berlangsung selama 280 hari atau setara dengan 40 minggu atau 9 bulan 7 hari yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir. Kehamilan yang dibagi menjadi 3 trimester yaitu trimester I yang dimulai dari hari haid pertama haid terakhir sampai 3 bulan atau 0-13 minggu, trimester II yang dimulai dari bulan keempat sampai dengan 6 bulan (14-27 minggu) dan trimester III dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (28-40 minggu) (Fatimah, 2017).

Proses kehamilan akan menimbulkan berbagai perubahan pada seluruh sistem tubuh seperti sistem kardiovaskuler, sistem pernapasan, sistem hormonal, sistem gastrointestinal dan sistem muskuloskeletal (Wahyuningsih, 2016). Perubahan serta adaptasi yang terjadi selama kehamilan umumnya akan menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil, rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh ibu hamil yang biasanya berbeda-beda pada setiap trimester kehamilan dan sering kali menjadi keluhan bagi ibu hamil diantaranya yaitu mual muntah pada awal kehamilan, konstipasi, varises vena (pembuluh balik), gangguan berkemih, hemoroid, dan pembengkakan pada tungkai dan kaki serta nyeri punggung (Sukeksi dkk, 2018).

Salah satu perubahan fisik yang terjadi pada sistem muskuloskeletal selama kehamilan terjadi secara bertahap dan peningkatan berat badan yang menyebabkan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah terutama pada trimester III. Angka prevalensi nyeri punggung yang tinggi selama kehamilan telah dilaporkan di Eropa, Amerika, Australia, Cina, termasuk daerah pegunungan di Taiwan dan daerah pedesaan Afrika serta di antara wanita kelas atas di Nigeria. Diantara wanita yang mengalami nyeri punggung selama kehamilan, sekitar 16% telah melaporkan lokasi nyeri punggung selama 12 minggu kehamilan pertama, 67% pada minggu

ke-24, dan 93% pada minggu ke-36 (Kristiansson, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 869 ibu hamil di Amerika Serikat, Inggris, Norwegia dan Swedia menunjukkan prevalensi nyeri punggung bawah pada ibu hamil sekitar 70-86% (Gutke dkk, 2018). Hasil penelitian Ramachandra (2015) di India menyatakan bahwa prevalensi nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III yaitu 33,7% terjadi pada 261 wanita hamil.

Kejadian nyeri punggung bawah pada ibu hamil di Indonesia berdasarkan penelitian Hakiki (2015) sebesar 47% mengalami nyeri tulang belakang dari 180 ibu hamil yang diteliti. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ulfa (2017) menemukan sebesar 58,1% ibu hamil mengeluh nyeri punggung dengan rincian nyeri sedang sebesar 29,0%, nyeri ringan sebesar 22,6%, dan nyeri berat sebesar 6,5% sedangkan menurut penelitian Purnamasari (2019) menyatakan bahwa pada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah 73,33% mengalami nyeri sedang, sedangkan yang mengalami nyeri ringan sebesar 10% dan berat sebesar 16,67%.

Penyebab nyeri punggung bawah dari sudut pandang biomedik akibat dari perpindahan pusat gravitasi ke depan, tekanan gravitasi uterus pada pembuluh besar mengurangi aliran darah pada tulang belakang dan menyebabkan nyeri punggung terutama pada masa akhir kehamilan (Carvalho dkk, 2015). Kelonggaran sendi yang diakibatkan peningkatan hormon relaksin yang secara bertahap meningkat dan menetap di akhir kehamilan dipertimbangkan salah satu etiologi nyeri punggung bawah dan nyeri pinggul pada pasien hamil (Casagrande dkk, 2015).

Keluhan nyeri punggung bawah akan buruk apabila tidak ditangani dengan baik. Ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah akan kesulitan untuk berdiri, duduk bahkan berpindah dari tempat tidur, hal ini menyebabkan terganggunya rutinitas sehari-hari dan mempengaruhi kualitas hidup ibu hamil (Katonis dkk, 2011). Dampak buruknya adalah kesulitan untuk berjalan apabila nyeri telah menyebar ke area pelvis dan lumbar (*Association of Chartered Physiotherapists In Woman Health*, 2011 dalam Aswitami dan Mastiningsih

(2018) menyatakan dengan berbagai dampak yang bisa terjadi maka masalah nyeri punggung bawah pada ibu hamil harus mendapatkan penanganan.

Pada saat persalinan dampak yang akan terjadi jika nyeri punggung bawah pada saat kehamilan tidak ditangani yaitu akan menambah rasa nyeri yang dirasakan ibu pada saat kontraksi dan menyebabkan ketakutan hingga kecemasan sehingga dapat membuat ibu bersalin menjadi stress dan terjadi gawat janin serta jika nyeri punggung tidak segera diatasi juga bisa mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca *postpartum* (nifas) dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Wulandari dan Andryani, 2019)

Penanganan nyeri punggung bawah saat kehamilan sangat diperlukan untuk mengurangi rasa ketidaknyamanan ini, diantaranya yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Perlu diperhatikan efek samping ketika menggunakan terapi farmakologis bagi ibu hamil karena penggunaan analgesik untuk mengurangi nyeri punggung bawah. Menurut studi dari Norwegia Institut Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa penggunaan jangka panjang *analgesic* seperti parasetamol selama kehamilan dapat meningkatkan risiko dan efek merugikan pada perkembangan anak (Brandlistuen dkk, 2013).

Mengingat dampak yang diakibatkan terapi farmakologis tersebut maka terapi non farmakologis perlu dilakukan untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah yang dialami oleh ibu hamil trimester III yang meliputi stimulasi kontaneus ( pijat, aplikasi panas dan dingin, akupresur, stimulasi kontralateral), *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), akupunktur, relaksasi, imajinasi, meditasi, hipnosis, aromaterapi, yoga dan refleksiologis (Resmi dkk, 2017).

Teknik *massage effleurage* merupakan terapi nonfarmakologi yang aman, tidak menimbulkan efek samping, tidak mengeluarkan biaya dan dapat dilakukan oleh suami sendiri maupun orang lain maka peneliti memilih terapi non farmakologi berupa *massage effleurage*.

Ada beberapa teknik pijatan *effleurage* yang dapat diberikan salah satunya adalah metode usapan ringan yang membuat tubuh menjadi rileks (Sari dan Farida, 2021). Dikutip dari penelitian menurut Fitriana dan Vidayanti (2019) menyatakan bahwa nyeri punggung bawah dengan diberikan *massage effleurage* lebih menurunkan intensitas nyeri daripada diberikan teknik relaksasi nafas. Penelitian ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan Aini (2016) dengan judul Perbedaan *massage effleurage* dan kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung pada ibu hamil trimester 3 di BPS Furida Azis Desa Gemekan Sooko Mojokerto menunjukkan ada pengaruh pemberian *massage effleurage* dan kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung ibu hamil trimester ke 3 Hasil penelitian ini didapatkan dari 13 responden yang diberikan teknik *massage effleurage* mengalami penurunan nyeri rerata 5 poin. Dari 10 pasien yang diberikan kompres hangat mengalami penurunan nyeri rerata 2-3 poin (Aini, 2016).

Penelitian eksperimen terkait teknik *massage effleurage* telah terbukti dapat mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Andryani (2019) tentang efektivitas *effleurage massage* untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di RB CI Semarang yang dilakukan selama 10 menit sebanyak satu kali sehari, menunjukkan bahwa ada pengaruh *effleurage massage* pada nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

Pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur, terdapat 1.505 ibu hamil diantaranya trimester I sebanyak 501 orang , trimester II sebanyak 500 orang, dan trimester III sebanyak 504 orang pada tahun 2022 yang melakukan pemeriksaan kehamilan. Pada saat dilakukan wawancara pada hari Rabu tanggal 18 Januari 2023 didapatkan 20 orang ibu hamil, 10 diantaranya merupakan ibu hamil trimester III dan sebanyak 8 orang ibu hamil trimester III mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Adapun penanganan yang sudah dilakukan untuk mengurangi nyeri yaitu

dengan mengatur posisi tidur namun belum dapat mengurangi nyeri yang dirasakan. Berdasarkan fenomena tersebut, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Diberikan *Massage Effleurage*" yang dilaksanakan di UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Timur.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian ini, maka peneliti dapat merumuskan masalah "Apakah Ada Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah diberikan *Massage Effleurage*?"

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Adapun tujuan umum yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah diberikan *Massage Effleurage*.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan *massage effleurage*
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sesudah diberikan *massage effleurage*
- c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage*.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya bukti empiris mengenai perbedaan intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage*.

### **2. Manfaat praktis**

#### a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dalam menambah pengetahuan peneliti dan sebagai dasar atau acuan peneliti bagi peneliti selanjutnya.

#### b. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi yang bermanfaat dan memperkaya kepustakaan institusi serta dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam proses belajar mengajar khususnya pada mata kuliah asuhan kebidanan pada kehamilan dan komplementer.

#### c. Bagi tempat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai peningkatan pengetahuan ibu hamil trimester III tentang penanganan nyeri punggung bagian bawah menggunakan asuhan kebidanan komplementer yaitu *massage effluerage*, sehingga dapat dijadikan sebagai dasar dalam memberikan bimbingan kepada ibu hamil trimester III lainnya dalam menghadapi nyeri punggung bagian bawah pada proses kehamilan.

#### d. Bagi masyarakat

Penelitian ini bagi masyarakat, khususnya ibu hamil atau keluarga yang memiliki ibu hamil didalamnya akan mendapatkan informasi tentang penanganan nyeri punggung bagian bawah dengan metode terapi non farmakologi yang aman untuk ibu hamil yaitu dengan memberikan asuhan kebidanan komplementer berupa *massage effluerage* sehingga

ketidaknyamanan yang dirasakan ibu hamil trimester III yaitu nyeri punggung bagian bawah dapat diatasi. Hal ini diharapkan dapat membantu ibu hamil tetap dalam keadaan sehat dan bahagia selama menjalani proses kehamilannya, sehingga kehamilan menjadi hal yang fisiologis dan menyenangkan tanpa adanya keadaan patologis yang menyertai. Selain itu diharapkan agar informasi ini dapat disebarakan kepada masyarakat agar kelak ibu hamil yang lainnya mendapat informasi terkait dengan penanganan keluhan nyeri punggung bagian bawah.