

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehamilan dapat menimbulkan perubahan-perubahan yang terjadi baik fisik maupun psikologis, perubahan tersebut menyebabkan ibu hamil mengalami ketidaknyamanan (Sulistyawati, 2018). Ibu hamil trimester III kemungkinan besar mengalami keluhan-keluhan seperti sering kencing, konstipasi, sulit tidur, dan nyeri punggung. Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbal sacral (tulang belakang) biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan (Diana & Mafticha, 2019). Nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan umum yang dialami oleh ibu selama masa kehamilan (Walyani, 2018). Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbal sacral (tulang belakang) biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan (Diana & Mafticha, 2019). Nyeri punggung bawah selama kehamilan akibat penggeseran pusat gravitasi wanita tersebut dan postur tubuhnya (Diana & Mafticha, 2019). Secara umum nyeri punggung yang dirasakan saat hamil disebabkan karena adanya perubahan postur tubuh, dimana terjadi kenaikan berat badan secara bertahap, serta akibat dari pusat gravitasi tubuh bergeser kedepan sehingga aktivitas selama kehamilan dapat menyebabkan nyeri punggung (Yulizawati, 2019).

Prevalensi nyeri punggung bawah selama kehamilan dilaporkan terjadi di Eropa, Amerika, Australia, China, Taiwan dan Afrika bervariasi dari 20 hingga 80% (Acharya et al, 2020). Prevalensi Nyeri punggung bawah pada kehamilan triwulan I sebanyak 16,7% pada triwulan II sebanyak 31,3% sedangkan pada

triwulan III sebanyak 53% (Ayanniyi et al, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Beddoe et al, 2020) sekitar 70% dari ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP) yang mungkin terjadi dari triwulan awal, sedangkan puncak kejadian nyeri punggung bawah terjadi pada triwulan II dan III kehamilan. Hasil penelitian Adita (2020) didapatkan bahwa 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan.

Dampak keluhan nyeri punggung pada ibu hamil triwulan III dapat mengakibatkan nyeri punggung jangka panjang, meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pascapartum dan nyeri punggung kronis yang akan lebih sulit untuk diobati atau disembuhkan (Bobak, 2020). Dampak nyeri punggung dapat meningkatkan kecenderungan nyeri punggung pasca partum dan beresiko menderita trombosis vena, gangguan tidur yang menyebabkan kelelahan dan iritabilitas serta merasa tidak nyaman beraktivitas atau aktivitas terganggu. Hal tersebut akan menyebabkan janin menjadi fetal distress dimana keadaan ibu sangat erat kaitanya dengan kondisi janin yang dikandungnya (Dwianto, 2019).

Manajemen mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil triwulan III merupakan salah satu bentuk asuhan kebidanan yang di berikan oleh seorang bidan dengan manajemen nyeri non farmakologi yang bersifat murah, simple, efektif dan tanpa efek yang merugikan (Hairunnisyah, 2019). Terapi non farmakologi sederhana yang dapat diberikan kepada ibu hamil untuk membantu mengurangi masalah nyeri punggung salah satunya melalui pemberian *birth ball* (Bobak, 2020). *Birth ball* merupakan salah satu metode distraksi dalam mengatasi nyeri, ketika menggunakan *birth ball*, perhatian ibu hamil akan teralihkan sehingga

dapat menurunkan kewaspadaan ibu hamil dalam menoleransi nyeri. (Shanti & Utami, 2021).

Pemilihan *birth ball* sebagai intervensi untuk mengurangi keluhan nyeri punggung pada ibu hamil triwulan III karena *birth ball* memiliki berbagai kelebihan yang menonjol dibandingkan intervensi lain dalam mengatasi nyeri punggung pada ibu hamil, dimulai dari sifatnya yang multifungsi karena tidak hanya berguna untuk meredakan nyeri punggung tetapi juga dapat digunakan untuk persiapan persalinan dan latihan penguatan otot panggul. Kemudahan penggunaan karena dapat dilakukan secara mandiri di rumah setelah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan, memiliki risiko cedera atau efek samping yang minimal dan dapat mendorong ibu untuk aktif bergerak yang bermanfaat untuk kebugaran secara keseluruhan (Irawati, 2022). Hasil penelitian Safitri (2021) menunjukkan bahwa ada pengaruh penggunaan *birth ball* terhadap penurunan nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III, skala nyeri ibu setelah diberikan *birthball* lebih rendah dari skala nyeri ibu sebelum diberikan *birthball*. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Lailiyana (2022) didapatkan bahwa ada pengaruh penggunaan *birthball* terhadap penurunan tingkat nyeri. Responden yang diberikan *birthball* menunjukkan bahwa tingkat nyeri sebelum diberikan perlakuan mengalami nyeri yang mengganggu aktivitas dan sesudah perlakuan responden merasakan nyeri tetapi tidak mengganggu aktivitas

Ibu hamil yang mendapatkan informasi yang tepat tentang *birth ball* lebih efektif berpartisipasi dalam proses latihan. Edukasi yang bisa diberikan kepada ibu hamil berupa materi edukasi yang akan disampaikan pada video tentang *birth ball* (Shanti & Utami, 2021). Media video dapat membantu audien dalam proses

penerimaan informasi yang berfungsi memperjelas atau mempermudah dalam memahami informasi yang diberikan karena melibatkan indera pandang dan dengar, dapat dilihat secara berulang-ulang (Susilana & Rian, 2020). Penelitian Handayani & Wulandari (2020) menemukan edukasi menggunakan video lebih efektif dibandingkan dengan menggunakan media leaflet terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I di Puskesmas Yogyakarta. Penelitian Putri dan Sjafii (2022) membuktikan video edukasi lebih efektif dibandingkan dengan media leaflet dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Surabaya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Ayrin *Mom And Baby Care* Denpasar pada bulan Oktober dengan cara melakukan pengukuran skala nyeri terhadap 10 orang ibu hamil triwulan III menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS), didapatkan data sebanyak 7 orang mengalami nyeri sedang (skala 4-6) dan sebanyak 3 orang mengalami nyeri berat (skala 7-9), mereka mengatakan sering mengalami nyeri punggung seperti pegal dan kadang merasa seperti ditusuk-tusuk sehingga merintih. Wawancara mengenai cara mengatasi nyeri punggung, 4 ibu mengatakan tidak tahu cara yang efektif untuk mengatasi nyeri punggung, 1 ibu menggunakan teknik relaksasi pernafasan dan 2 ibu melakukan metode dengan usapan di bagian pinggang ibu yang dilakukan oleh suami.

Penggunaan media video untuk memberikan edukasi tentang *birth ball* dan seluruhnya bahwa belum pernah dilakukan hanya disampaikan melalui metode ceramah dan diskusi. . Pemilihan tempat penelitian di Ayrin *Mom And Baby Care* karena jumlah kunjungan ibu hamil dapat memenuhi jumlah sampel yang di butuhkan, memiliki fasilitas yang mendukung seperti ruangan yang cukup luas

untuk pelaksanaan intervensi *birth ball*, memiliki tenaga kesehatan yang kompeten dalam memberikan edukasi dan pendampingan penggunaan *birth ball* serta faktor aksesibilitas lokasi yang mudah dijangkau oleh responden.

Berdasarkan hal tersebut membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang, dapat di rumuskan masalah yaitu ”apakah ada perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin *Mom and Baby Care* Denpasar.

- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin Mom and Baby Care Denpasar.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri punggung ibu hamil triwulan III sebelum dan setelah dilatih penggunaan *birth ball* dengan media video di Ayrin Mom and Baby Care Denpasar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat praktis

a. Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah sehingga *birth ball* dapat digunakan sebagai alternatif awal untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil triwulan III

b. Bagi institusi terkait

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan bagi ibu hamil dengan memberikan terapi non farmakologi khususnya *birth ball* untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil triwulan III

2. Manfaat teoritis

a. Bagi keilmuan

Menambah pengetahuan tentang penanganan nyeri punggung bawah ibu hamil triwulan III dengan intervensi *birth ball* dapat digunakan sebagai kajian alternatif dan pengurangan nyeri

b. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan penggunaan terapi non farmakologi

khususnya *birth ball* untuk mengurangi nyeri punggung bawah ibu hamil triwulan
III dengan metode penelitian yang berbeda

