

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah proses fisiologis yang diawali dengan konsepsi sampai lahirnya janin. Menurut *The International Federation of Gynecology and Obstetrics* (2012), kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau bersatunya spermatozoa dan ovum dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Kehamilan normal berlangsung selama 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi menjadi 3 trimester yaitu trimester I dimulai dari hari pertama haid terakhir sampai 3 bulan (0-13 minggu), trimester II dimulai dari bulan keempat sampai 6 bulan (14-27 minggu) dan trimester III dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (28-40 minggu) (Fatimah, 2017). Proses kehamilan menyebabkan ibu hamil mengalami perubahan pada fisik dan psikologis.

Salah satu perubahan fisik yang terjadi pada sistem muskuloskeletal selama kehamilan terjadi secara bertahap dan peningkatan berat badan yang menyebabkan keluhan yang nyeri punggung bawah terutama pada trimester III. Prevalensi yang tinggi pada nyeri punggung bawah selama kehamilan dilaporkan terjadi di Eropa, Amerika, Australia, Cina, termasuk daerah pegunungan dan pedesaan Taiwan dan Afrika serta pada ibu hamil di pegunungan Nigeria (Kristiansson, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan di Amerika Latin menunjukkan terdapat peningkatan angka kejadian nyeri punggung bawah yang signifikan selama 14 tahun terakhir dari 3,9% pada tahun 1992 sampai 10,2% pada tahun 2006 (Garcia *et al.*, 2013). Penderita nyeri muskuloskeletal di Indonesia sendiri juga memiliki prevalensi yang cukup tinggi dengan penyebaran 19,3% kasus di Bali, 18,3% kasus di Aceh, 17,5%

kasus di Jawa Barat dan 15,4% kasus di Papua (Riskesdas, 2013). Berdasarkan hasil penelitian di Brazil, 68% dari 97 ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah dan 43,9% dimulai dari trimester II (Emilia *et al.*, 2017).

Penelitian Hakiki (2015), dari 180 ibu hamil yang diteliti, 47% mengalami nyeri punggung bawah. Ariyanti (2012) menemukan 68% ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah dengan intensitas sedang dan 32% ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah dengan intensitas ringan. Penelitian yang dilakukan oleh Ulfah (2014) menemukan sekitar 71% dari 33 ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah pada trimester III kehamilan.

Penyebab dari Nyeri Punggung Bawah (NPB) dari sudut pandang *biomekanik* akibat perpindahan pusat gravitasi ke depan meningkatkan *hiperekstensi* lutut dan ketidakstabilan pelvis. Perubahan tersebut meningkatkan tekanan pada vertebra *lumbalis* dan tekanan pada otot *paraspinal*. Tekanan gravitasi uterus pada pembuluh besar mengurangi aliran darah pada tulang belakang dan menyebabkan nyeri punggung bawah terutama pada masa akhir kehamilan (Emilia *et al.*, 2017). Membesarnya rahim dan meningkatnya berat badan menyebabkan otot bekerja lebih berat sehingga dapat menimbulkan tekanan pada otot dan sendi (Tyastuti, 2016). Penyebab nyeri punggung bawah (NPB) salah satunya adalah karena perubahan hormonal yang menimbulkan perubahan pada jaringan lunak penyangga dan penghubung sehingga menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot sehingga otot lebih kaku dan mudah tegang (Prabowo, 2011). Dampak negatif yang ditimbulkan Nyeri Punggung Bawah (NPB) yaitu dapat menimbulkan dampak negatif pada kualitas hidup ibu hamil karena terganggunya aktivitas fisik sehari-hari, mengurangi kualitas tidur, dapat berlanjut hingga post partum dan dapat

berdampak buruk pada psikologis ibu hamil sehingga harus mendapatkan penanganan (Khanna *et al.*, 2016).

Penatalaksanaan nyeri pada punggung bawah saat kehamilan bervariasi seperti penatalaksanaan farmakologi maupun nonfarmakologis (Sinclair, 2014). Penanganan non farmakologis adalah penanganan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan. Salah satu penangan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri punggung bawah selama kehamilan dapat dilakukan dengan *Herbal Therapy Compress Ball*. (Kusumawati1 *et al.*, 2019).

Herbal Therapy Compress Ball adalah berasal dari Thailand selama ratusan tahun sebagai terapi tradisional (Baeha *et al.*, 2018). *Herbal Therapy Compress Ball* ini sebagai pengobatan muskuloskeletal, terapeutik dan rehabilitatif. *Herbal Therapy Compress Ball* dapat digunakan dengan cara dikukus selama 10–15 menit sebelum digunakan untuk mengaktifkan konduksi panas serta meningkatkan aliran darah, anti inflamasi efek dari bahan herbal, dan relaksasi efek minyak atsiri aromatik dari bahan herbal. Kandungan *Herbal Therapy Compress Ball* bervariasi tergantung tersedianya ramuan tumbuhan dari setiap daerah (Kamsanam *et al.*, 2018).

Hasil studi pendahuluan di PMB Ni Wayan Darsani, SST menunjukkan bahwa dari 10 ibu hamil mengatakan 8 ibu hamil mengalami nyeri punggung bawah pada kehamilan Trimester III. Seluruh ibu hamil yang mengalami nyeri punggung bawah menyatakan tidak nyaman dan mengganggu aktivitas. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk mengulas lebih dalam perlu dilakukan penelitian tentang manfaat *Herbal Therapy Compress Ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, maka peneliti dapat merumuskan masalah “Apakah manfaat *Herbal Therapy Compress Ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Adapun tujuan umum penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk membuktikan manfaat *Herbal Therapy Compress Ball* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III .

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri sebelum diberikan “*Herbal Therapy Compress Ball*”.
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri setelah diberikan “*Herbal Therapy Compress Ball*”.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri sebelum dengan sesudah diberikan “*Herbal Therapy Compress Ball*”.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Menambah pengetahuan terkait pemanfaatan sumber daya alam dalam memberikan asuhan komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dengan *Herbal Therapy Compress Ball* di Praktik Mandiri Bidan.

2. Manfaat praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat:

- a. Meningkatkan keterampilan dalam pemanfaatan sumber daya alam sebagai media penurunan intensitas nyeri oleh bidan maupun masyarakat umum.
- b. Mendukung pengobatan tradisional komplementer sebagai alternatif dalam upaya penurunan intensitas nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III.