

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Selama periode kehamilan, Perempuan melalui berbagai perkembangan signifikan, baik dalam hal fisik maupun emosional, yang berlangsung sepanjang periode kehamilan yang berlangsung selama 9 bulan. Seiring dengan perubahan tersebut, banyak di antara mereka mengalami ketidaknyamanan fisik dan psikologis yang dapat terasa sejak awal kehamilan. Keluhan yang sering terjadi adalah rasa sakit di punggung bawah. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Amy pada tahun 2019 dengan menggunakan data dari WHO, sekitar 70% dari calon ibu merasakan nyeri punggung bagian bawah (NPB) selama periode kehamilan mereka. Gejala tersebut cenderung terlihat sejak permulaan trimester II dan mencapai puncaknya pada trimester III dari proses kehamilan. (Rock et al., 2010)

Gangguan rasa nyaman pada punggung bagian bawah merupakan ketidaknyamanan yang umumnya terlokalisasi di daerah di bawah tulang rusuk dan di atas bagian bawah otot gluteal. Sensasi nyeri ini seringkali mengganggu bagi ibu hamil karena intensitasnya yang mampu mengakibatkan sensasi tidak menyenangkan, mengganggu aktivitas sehari-hari. Setiap ibu yang hamil pada trimester III yang merasakan ketidaknyamanan di bagian bawah punggung mungkin merasakan rasa sakit yang berbeda-beda, karena persepsi nyeri setiap individu dapat

bervariasi. Secara ideal, keluhan gangguan rasa nyaman pada punggung bagian bawah selama masa kehamilan bisa disebabkan oleh perubahan anatomis tubuh, khususnya peningkatan ukuran rahim yang menekan struktur-sestruktur tertentu dalam tubuh. Hal ini dapat menghasilkan ketidaknyamanan yang beragam pada bagian tersebut. (Purnamasari, 2019)

Menurut data WHO, keluhan yang dihadapi ibu yang sedang hamil pada trimester ke-III yang mengalami rasa nyeri bagian bawah pada punggung akibat kehamilan banyak kali ditunjukkan oleh tanda-tanda utama berupa sensasi nyeri atau bisa juga disebut ketidaknyamanan yang dirasakan pada sekitar tulang belakang. Prevalensi penyakit yang nyeri di punggung pada bagian tertentu yaitu bagian bawah pada ibu hamil bervariasi secara signifikan di segala penjuru dunia, dengan tingkat kejadian yang bervariasi sekitar 15 hingga 45 persen setiap tahunnya. Menurut data yang disediakan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO), sekitar sepertiga dari wanita yang sedang hamil di negara-negara yang sedang berkembang mengalami ketidaknyamanan pada bagian bawah punggung pada trimester ketiga kehamilan. Hal ini menandakan bahwa masalah nyeri punggung bawah selama kehamilan memiliki prevalensi yang cukup signifikan di segala belahan dunia, khususnya di negara-negara yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan. (Anggraika, 2019)

Dalam situasi kehamilan di Inggris, sekitar 17,32 juta calon ibu pernah mengalami keluhan gangguan rasa nyaman pada punggung bagian bawah. Menurut penelitian yang terbit di *Journal of Midwifery* pada tahun

2020, nyeri pada bagian bawah punggung merupakan keluhan paling umum pada trimester ketiga kehamilan, dengan data dari WHO menunjukkan angka sekitar 40,7% pada tahun yang sama seperti yang dilaporkan oleh Ispa (2020). Dilaporkan dari data WHO tahun 2017, penelitian di Australia mengungkap bahwa sekitar 80% ibu hamil pada trimester terakhir mengalami nyeri pada bagian bawah punggung, dengan 36,6% mengalami nyeri ringan, 46% mengalami nyeri sedang, dan sekitar 17,5% mengalami nyeri berat. Hal ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bagian bawah merupakan masalah yang umum dihadapi oleh ibu hamil, baik secara lokal maupun global, dan tingkat keparahannya dapat bervariasi. (Andormoyo, 2021)

Dampak yang nyata dari kesulitan nyeri punggung pada bagian bawah pada ibu yang hamil trimester III adalah terjadinya rasa khawatir yang dapat berakibat pada salah satu gangguan psikologis dan mobilitas ibu yang hamil. Menurut Hartvigsen et al (2018), kecemasan yang muncul sebagai respons terhadap nyeri dapat mempengaruhi kesejahteraan mental ibu hamil. Kondisi ini dapat mengganggu keseimbangan emosionalnya serta menghambat kemampuan ibu hamil untuk beraktivitas dengan nyaman. Selain itu, kecemasan yang kronis juga telah terkait dengan peningkatan kemungkinan proses persalinan melalui operasi caesar. (Hartvigsen et al., 2018)

Semakin sering seorang wanita hamil dan melahirkan, semakin besar kemungkinan mengalami nyeri punggung. Proses kehamilan yang berulang dapat meningkatkan tekanan pada struktur tulang belakang dan

otot-otot di sekitarnya, yang kemudian dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri punggung bawah. Studi yang dilakukan oleh Omoke di Nigeria pada tahun 2021 menunjukkan bahwa risiko nyeri punggung bagian bawah pada kehamilan berikutnya meningkat secara signifikan jika ibu hamil telah mengalami keluhan tersebut pada kehamilan sebelumnya. Dengan demikian, setiap tahunnya, jumlah ibu hamil pada trimester III yang mengalami nyeri punggung bagian bawah cenderung meningkat. (Omoke et al., 2021)

Pemahaman akan dampak psikologis dan fisik dari gangguan rasa nyaman pada punggung bagian bawah selama kehamilan adalah penting, karena dapat membantu dalam penyediaan perawatan yang tepat dan strategi manajemen yang efektif untuk membantu ibu hamil menghadapi dan mengatasi kondisi ini. Strategi pencegahan dan manajemen yang tepat dapat membantu mengurangi risiko serta mengurangi dampak negatif dari keluhan nyeri pada bagian bawah punggung selama kehamilan pada trimester III. (Perry, 2018)

Metode yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan pada ibu hamil pada tahap kehamilan yang sudah memasuki trimester ketiga adalah melalui pemberian terapi pijat pada area punggung bagian atas dan bawah, bertujuan untuk meningkatkan kenyamanan dan mengurangi intensitas rasa nyeri. Pendekatan pijat ini merupakan salah satu bentuk perawatan kasih sayang bagi ibu yang berdampak pada peningkatan perasaan aman dan kualitas hidup, terutama pada ibu yang sedang mengandung (Rahayu, 2020). Penggunaan pijatan dapat merangsang tubuh untuk menghasilkan

senyawa endorfin yang berfungsi sebagai penenang rasa sakit dan dapat menciptakan sensasi kenyamanan (Kartikasari & Nuryanti, 2016).

B. Rumusan Masalah

Dari uraian berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, maka rumusan sebuah masalah didalam penelitian studi kasus penyusunan karya tulis ilmiah ini adalah: “Implementasi Terapi Pijat Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Puskesmas IV Denpasar Selatan”

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Tujuan keseluruhan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari penerapan terapi pijat pada ibu hamil yang mengalami ketidaknyamanan pada trimester ketiga di Puskesmas IV Denpasar Selatan.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian implementasi terapi pijat ibu hamil pada trimester ketiga yang mengalami ketidaknyamanan di Puskesmas IV Denpasar Selatan adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan analisis pada ibu yang hamil trimester ketiga dengan gangguan rasa nyaman.
- b. Menentukan penetapan diagnosa keperawatan pada ibu hamil trimester III yang mengalami ketidaknyamanan dan keluhan nyeri pada punggung.

- c. Menyusun rencana keperawatan terkait implementasi terapi pijat pada ibu hamil pada trimester ketiga yang mengalami gangguan ketidaknyamanan atau gangguan rasa nyaman.
- d. Memberikan implementasi terapi pijat pada ibu yang hamil pada fase trimester III dengan ketidaknyamanan atau gangguan rasa nyaman.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan terkait hasil dari penerapan implementasi terapi pijat pada ibu yang hamil pada fase trimester III dengan gangguan rasa nyaman.

D. Manfaat Studi Kasus

1) Manfaat Teoritis

Diharapkan karya tulis ilmiah ini memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan dan peningkatan pengetahuan dalam bidang perawatan ibu hamil, terutama terkait penerapan terapi pijat pada ibu hamil trimester III yang mengalami ketidaknyamanan atau gangguan rasa nyaman.

2) Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil studi kasus ini diharapkan memberikan manfaat nyata bagi responden, memberikan informasi yang berguna bagi mereka, dan memungkinkan mereka untuk memperoleh keuntungan dari penerapan terapi pijat pada ibu hamil trimester III dengan ketidaknyamanan yang mereka alami atau gangguan rasa nyaman.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang berharga dan memberikan masukan yang memotivasi serta menyadarkan akan pentingnya penerapan "terapi pijat pada ibu hamil trimester III dengan gangguan rasa nyaman" yang mereka alami.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi penting bagi petugas kesehatan dalam memberikan asuhan yang optimal dan berkelanjutan, dengan tujuan meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan secara menyeluruh, terutama bagi ibu hamil pada trimester ketiga yang mengalami gangguan rasa nyaman pada bagian di punggung.