

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam tiga triwulan pertama dimulai dari hasil konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dimulai dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (Lina Fitriani, 2018). Selama masa kehamilan ibu hamil mengalami perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan terutama pada trimester III (Aisyah Sukma Kurnia Wardhani, 2017).

Semua ibu hamil trimester III akan mengalami keluhan seperti sering kencing, konstipasi, sulit tidur, nyeri punggung. Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbal sakral. Nyeri punggung biasanya akan meningkat intensitasnya seiring pertambahan usia kehamilan karena nyeri ini merupakan akibat membesarnya uterus dan perubahan postur tubuhnya. Idealnya keluhan nyeri punggung selama periode kehamilan terjadi akibat perubahan anatomis tubuh. Nyeri dikatakan fisiologis atau dalam batasan normal apabila nyeri segera hilang setelah dilakukan istirahat. (In Setiawati, 2019).

Nyeri punggung saat kehamilan disebabkan terjadinya perubahan struktur anatomis, hormonal dan stress. Perubahan anatomis terjadi

karena peran tulang belakang semakin berat untuk menyeimbangkan tubuh dengan membesarnya uterus dan janin. Penyebab lainnya disebabkan karena peningkatan hormon relaksin yang menyebabkan ligament tulang belakang tidak stabil sehingga mudah menjepit pembuluh darah dan serabut syaraf (Selvia David Richard, 2017).

Ibu hamil dapat mencegah ketidaknyamanan berupa nyeri punggung dengan latihan harian, seperti: berjalan, berenang, dan peregangan hal ini merupakan cara pencegahan nyeri punggung yang efektif. Nyeri punggung dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Pengendalian nyeri punggung ibu hamil secara farmakologis memang lebih efektif dibandingkan dengan metode nonfarmakologis, namun demikian farmakologi lebih mahal dan berpotensi mempunyai efek samping. Metode farmakologi juga mempunyai pengaruh bagi ibu, janin, maupun bagi kemajuan persalinan. Sementara itu metode nonfarmakologis dapat dilakukan melalui kegiatan tanpa obat antara lain dengan teknik distraksi, relaksasi, massage/pemijatan, kompres panas dll. Metode nonfarmakologis juga lebih murah, simple, efektif dan tanpa efek yang merugikan. Kompres hangat dan teknik *massage effleurage* dianggap sangat efektif dalam menurunkan kasus-kasus nyeri (Selvia David Richard, 2017).

*Massage* adalah terapi yang digunakan untuk melakukan pelepasan endorphin yang merupakan penghilang rasa sakit alami. Selain itu, pijat akan mengurangi ketegangan otot dan rasa sakit, meningkatkan mobilitas serta melancarkan peredaran darah. Pijat dilakukan untuk membantu dalam mengatasi fisik, emosional, transformasi psikologis (Fatimah Nur

Rahma dkk, 2017). *Effleurage massage* adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. *Massage* ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Massage Effleurage* merupakan *massage* yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Aisyah Sukma Kurnia Wardhani, 2017).

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 diantara Wanita kelas atas di Nigeria. Diantaranya 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, 2015). 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, 2017). Hasil penelitian Ramachandra (2017) di India menyatakan bahwa prevalensi nyeri punggung ibu hamil trimester III yaitu 33,7% terjadi pada 261 ibu hamil.

Di Indonesia jumlah ibu hamil sebanyak 4.887.405 orang dengan prevalensi nyeri punggung sebesar 18% (Direktorat Kesehatan Keluarga RI, 2021). Cakupan pelayanan kesehatan ibu hamil di Provinsi Bali tahun 2021 sebesar 95,8%, sedangkan di Kota Denpasar cakupan pelayanan ibu hamil sebesar 97,1% dengan jumlah ibu hamil sebanyak 17.826 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021).

Rumah Sakit Umum Prima Medika yang berlokasi di Jalan Raya Sesetan No 10x sebagai tempat dilakukannya penelitian ini dalam kurun waktu 3 bulan terakhir memiliki rata-rata kunjungan ibu hamil di Poliklinik Kebidanan sebanyak 250 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika pada tanggal 5 Januari 2023 didapatkan dari hasil wawancara terhadap 10 orang ibu hamil trimester III, 8 orang mengalami nyeri punggung terutama pada saat bangun tidur dan sebagian besar ibu hamil tersebut tidak mengetahui cara untuk mengatasi keluhan tersebut dan enggan untuk minum obat penghilang rasa sakit.

Menurut penelitian oleh Dyah Ayu Wulandari & Yuli Andryani (2018) yang dilakukan di RB CI Semarang, terkait Efektivitas *Effleurage Massage* Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil, Peneliti memberikan perlakuan kepada responden berupa *massage effleurage* selama 5 – 10 menit sebanyak 1 kali sehari selama 5 hari berturut-turut oleh tenaga profesional bersertifikat. Kesimpulannya adalah : Ada pengaruh *effleurage massage* pada nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah Sukma Kurnia Wardhani (2017) yang dilakukan di BPM Yuspoeni. Kesimpulannya yaitu : setelah dilakukan *massage efflurage* selama 15 menit sebanyak 7 kali, efektif untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III.

Berdasarkan paparan diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “ Efektifitas Teknik *Massage Eflurage* Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika Tahun 2023”.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Bagaimanakah Efektifitas Teknik *Massage Eflurage* Terhadap Tingkat Skala Nyeri

Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika Tahun 2023”?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas teknik *massage effleurage* terhadap tingkat skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur tingkat skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika sebelum diberikan teknik *massage effleurage* .
- b. Mengukur tingkat skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika sesudah diberikan teknik *massage effleurage* .
- c. Menganalisis efektifitas teknik *massage effleurage* terhadap tingkat skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Poliklinik Kebidanan Rumah Sakit Umum Prima Medika.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat Teoritis

- a. Untuk institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu kebidanan khususnya ilmu kebidanan komplementer di Politeknik Kesehatan Kartini Bali.

- b. Untuk peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi dasar dan referensi serta dapat dijadikan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Untuk masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada ibu hamil dan masyarakat mengenai upaya penurunan nyeri punggung menggunakan metode non-farmakologis agar dapat meningkatkan kesehatan ibu.

### b. Untuk tempat penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat dipergunakan sebagai informasi dan intervensi khususnya terhadap tingkat skala nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

