

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama proses kehamilan terjadi, ibu hamil akan mengalami perubahan-perubahan yang bersifat fisiologis. Tubuh akan memberi respon terhadap setiap perubahan yang terjadi dengan melakukan proses penyesuaian. Adaptasi yang terjadi selama kehamilan tidak jarang menimbulkan masalah pada ibu hamil, diantaranya adalah munculnya gangguan muskuloskeletal yang dapat menimbulkan nyeri punggung selama kehamilan terutama pada trimester tiga (Shijagurumayum Acharya et al., 2019).

Perubahan yang terjadi pada wanita hamil trimester satu biasanya ditandai dengan adanya mual dan muntah yang disebabkan oleh peningkatan kadar HCG dalam darah. Mual muntah yang dialami oleh ibu hamil trimester satu biasanya banyak terjadi pada pagi hari atau disebut sebagai *morning sickness*. Perubahan fisik yang terjadi pada ibu hamil trimester dua biasanya ditandai dengan perut yang semakin membesar. Ibu hamil dengan usia kehamilan 12 minggu ke atas akan mengalami pertumbuhan rahim sekitar 1 cm setiap minggunya. Pertumbuhan rahim dan janin akan membuat ukuran perut ibu hamil membesar. Hal tersebut menyebabkan kulit pada area perut, paha atas dan payudara mengalami peregangan berlebihan sehingga dapat memunculkan *stretch mark*. Selain perubahan di trimester satu dan dua, ibu hamil trimester III juga mengalami beberapa perubahan yang diantaranya

adalah munculnya keluhan sulit tidur dan konstipasi karena peningkatan hormon kehamilan, sering buang air kecil akibat penekanan uterus pada kandung kemih, dan nyeri punggung bagian bawah (Setiawati et al., 2019).

Keluhan nyeri punggung bagian bawah yang dialami oleh ibu hamil biasanya mulai muncul ketika kehamilan memasuki usia kandungan trimester dua. Hal ini terjadi karena pada trimester dua, tubuh wanita hamil mulai mengalami peningkatan produksi hormon relaksin. Akumulasi hormon relaksin dalam tubuh akan berpengaruh terhadap fleksibilitas ligamen di area sendi pelvis dan berdampak pada ketidakstabilan spinal. Peningkatan fleksibilitas ligamen dan perubahan stabilitas spinal memicu terjadinya lengkung kompensasi *spinalis thoracic* sehingga menjadi kifosis dan lengkung *lumbar* menjadi lordosis serta menimbulkan nyeri di bagian punggung bawah (Rahmawati et al., 2021); (Delima et al., 2015). Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III dapat diidentifikasi sebagai akibat dari rahim semakin membesar, tulang punggung terjadi lordosis sehingga beban otot semakin berat dan menimbulkan stress pada otot dan sendi (Kamariyah et al., 2014).

Omoke, *et al* (2021) mengatakan bahwa 28,9% ibu hamil di dunia mengalami nyeri punggung bagian bawah, didapatkan data dari 478 ibu hamil, 138 orang mengeluh nyeri punggung tingkat sedang dan dapat mengganggu aktivitas fisik. Data menunjukkan mayoritas wanita hamil yang mengalami nyeri punggung dialami pada trimester tiga yaitu sebesar 93% (Kristiansson, 2015). Sedangkan angka prevalensi nyeri punggung pada

kehamilan di Indonesia belum dapat dilaporkan secara pasti. Salah satu studi di Indonesia (Setiawati et al., 2019), menunjukkan data bahwa 7 dari 20 ibu hamil trimester III mengalami nyeri punggung ringan sehingga ibu hamil masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari seperti melakukan pekerjaan rumah. Hasil berbeda ditunjukkan 13 ibu hamil lainnya yang mengalami nyeri punggung berat. Ibu hamil dengan kualitas nyeri yang berat seringkali terganggu aktivitas hariannya sehingga harus beristirahat dalam jangka waktu tertentu.

Berdasarkan data di atas maka dapat diketahui bahwa angka prevalensi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III tergolong relatif tinggi, dengan demikian diperlukan upaya untuk mengatasi nyeri tersebut. Hasil riset (Wulandari et al., 2015) menunjukkan bahwa *effleurage massage* efektif menurunkan nyeri punggung yang dialami ibu hamil trimester III. Penelitian serupa juga menunjukkan hasil bahwa *effleurage massage* mampu mengurangi nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III karena teknik pemijatan dengan pangkal telapak tangan dapat meningkatkan relaksasi otot, menenangkan ujung-ujung syaraf dan menghilangkan nyeri. Penurunan kualitas nyeri punggung setelah dilakukan intervensi *effleurage massage* dapat dilihat dari menurunnya skala nyeri yang dirasakan klien. Data menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami penurunan skala nyeri dengan rata-rata sebesar 1,8 (Setiawati et al., 2019).

Berdasarkan data di atas terkait tingginya angka kejadian nyeri punggung pada ibu hamil trimester III serta data tingkat keefektifan *effleurage*

massage untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil, penulis merasa perlu untuk melakukan studi kasus yang berjudul “Efficacy Massage Pada Ibu Hamil Trimester III”.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang didapatkan adalah sebagai berikut, “Bagaimanakah pelaksanaan intervensi keperawatan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus, penulis mampu melakukan intervensi keperawatan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III.

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan intervensi keperawatan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III, penulis dapat:

- a. Mengetahui tingkat nyeri yang dirasakan ibu hamil trimester III sebelum dilakukan intervensi *effleurage massage*.
- b. Mengetahui tingkat nyeri yang dirasakan ibu hamil trimester III sesudah dilakukan intervensi *effleurage massage*.
- c. Mengetahui perbandingan tingkat nyeri dari dua ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *effleurage massage*.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat menambah pengetahuan khususnya terhadap bidang keilmuan keperawatan mengenai intervensi *effleurage massage* dalam pemberian asuhan keperawatan pada ibu hamil trimester III.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Manfaat Bagi Penulis

Dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung tentang pelaksanaan intervensi keperawatan *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III.

1.4.2.2 Manfaat Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi bagi institusi dan sebagai acuan untuk meneruskan penelitian mengenai ilmu keperawatan khususnya intervensi *effleurage massage* pada ibu hamil trimester III.

1.4.2.3 Manfaat Bagi Rumah Sakit

Dapat digunakan sebagai acuan dalam melakukan asuhan keperawatan, terutama dalam melaksanakan intervensi keperawatan bagi klien khususnya ibu hamil trimester III dengan nyeri punggung.

1.4.2.4 Manfaat Bagi Klien

Manfaat praktis penulisan karya ilmiah ini bagi klien yaitu agar klien dapat mengetahui gambaran umum tentang gangguan nyeri punggung pada

ibu hamil trimester III serta perawatannya yang berupa intervensi perawatan *effleurage massage*.