

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Ibu hamil akan mengalami berbagai perubahan baik fisiologis maupun psikologis, perubahan tersebut akan berbeda pada setiap trimester, pada triwulan ketiga (minggu ke-28 hingga minggu ke-40) terjadi ketidaknyamanan seperti nyeri punggung, konstipasi, sesak nafas, edema dependen, peningkatan frekuensi berkemih, nyeri ulu hati, hiperventilasi, kram tungkai, kesemutan dan insomnia. Masa kehamilan bertambahnya berat badan dan perubahan hormon pada masa kehamilan akan berpengaruh pada sistem muskuloskeletal agar dapat beradaptasi terhadap pertumbuhan janin dalam perut. Perubahan pada muskuloskeletal dapat berakibat pada nyeri punggung (*back pain*), *neck-pain*, *pelvic-pain*, ketegangan otot, *headaches*, inkontinensia, dan oedema pada kaki (Tim Naviri, 2014).

Nyeri punggung yaitu nyeri pada area lumbosacral yang dirasakan ibu hamil. Nyeri yang dirasakan akan meningkat seiring usia kehamilan yang bertambah dan perubahan postur tubuh akibat janin yang membesar pergeseran pusat gravitasi pada ibu. Nyeri punggung dapat terjadi karena perubahan pada sistem muskuloskeletal akan berakibat pada perubahan biomekanik yang akan memberi stressor terhadap jaringan sekitar punggung secara berlebih. (Widyastuti, 2015).

Dampak dari nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu hamil dapat mengganggu pekerjaan dan aktivitas sehari-hari pada saat ibu hamil. Nyeri ini juga akan membuat gangguan tidur pada ibu, sehingga ibu akan merasa gelisah serta mempengaruhi pola pemenuhan kebutuhan sehari-hari dimana ibu merasa tidak nyaman untuk tidur maupun beraktivitas sehingga mempengaruhi kondisi janin yang dikandung (Sunarti, 2013). Dampak nyeri punggung yaitu gangguan pada daerah punggung, jangka panjang akan mengganggu stabilitas pelvis dan keseimbangan bagian otot serta jika tidak segera membaik sesudah post partum (Purnamasari dan Widayawati, 2019).

Resiko terjadinya nyeri punggung saat hamil selanjutnya sangat tinggi pada ibu dengan riwayat nyeri punggung pada hamil sebelumnya. Pada dasarnya nyeri punggung adalah hal yang wajar atau fisiologis, tetapi dapat menjadi berbahaya apabila tidak teratasi sebaik mungkin. Hal tersebut membuat nyeri punggung pada ibu hamil harus diberikan penanganan serta asuhan dengan tepat (Dewi, 2018). Dampak jangka panjang nyeri punggung yang dialami ibu beresiko menderita thrombosis vena pada masa nifas. Thrombosis vena terjadi karena gangguan aliran darah di pembuluh darah vena yang terus menerus terjadi karena ibu tidak menggerakkan punggung saat terasa nyeri, hal ini terjadi kurang dari 5% kasus thrombosis vena (Setiawan, E., Winanda, J., Presley, B., & Irawati, 2012).

Hasil penelitian sebelumnya oleh Purnamasari dan Widyawati (2019) tentang nyeri punggung saat hamil menunjukkan ibu hamil dengan nyeri punggung ringan sebanyak 20%, nyeri punggung ibu kategori sedang 50% dan ibu hamil sisanya dengan nyeri punggung berat disertai komplikasi sejumlah. Nyeri punggung merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu hamil tetapi hanya 82% ibu tidak melakukan apapun ketika nyeri yang dirasakan timbul atau melakukan tindakan ringan yaitu minum air hangat dan menekan bagian yang sakit.

Nyeri punggung pada ibu hamil dapat ditangani menggunakan terapi farmakologis atau non farmakologis. Penanganan nyeri secara farmakologis dianggap lebih baik dibandingkan non farmakologis tetapi ini dianggap lebih mahal dan memiliki resiko yang besar. Terapi farmakologi juga dapat berakibat pada proses kehamilan yaitu bagi ibu, janin, serta proses persalinan (Potter, A., & Perry, 2015).

Metode non farmakologi yang digunakan untuk mengatasi nyeri seperti pijat, mengubah posisi tubuh atau body mekanik dan kompres. Banyak cara penanganan untuk meredakan nyeri salah satunya adalah dengan menggunakan kompres panas karena metode ini dinilai efektif, aman, murah, dan mudah dalam pengaplikasiannya. Kompres hangat dapat mengurangi nyeri dengan mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, serta

memberikan rasa nyaman. Kompres hangat juga menjadi alternatif menurunkan nyeri pada ibu mengingat tindakan ini mudah dilakukan, biaya murah dan dapat dilakukan tanpa bantuan dari tenaga kesehatan (Andreinie, 2016)

Hasil penelitian sebelumnya mengungkapkan rata-rata nyeri sebelum kompres hangat yaitu 4,53 dan sesudah kompres hangat menjadi 3,07. Hasil penelitian menunjukkan dengan kompres hangat dapat mengurangi skala nyeri punggung yang dirasakan ibu hamil trimester III. Kompres hangat akan menurunkan kekentalan darah, mempelebar pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan permeabilitas kapiler dan meningkatkan metabolisme jaringan. Rasa hangat ini akan menimbulkan efek rileks (Amalia, Erika, 2020).

Hasil studi pendahuluan berdasarkan data dari di Puskesmas Kasihan Bantul didapatkan jumlah ibu hamil pada Agustus 2022 adalah 259 ibu hamil, dimana ibu hamil Trimester I 98 ibu (37,8%), Trimester II 80 (30,8%) ibu, Trimester III tahun 2022 sejumlah 81 ibu (31,3%). Sejumlah 59 ibu hamil yang memeriksakan kandungannya pada Bulan Agustus 2022 didapatkan keluhan yang banyak dialami ibu hamil Trimester III adalah sering buang air kecil sekitar 70% dan ibu yang mengalami keluhan nyeri punggung sejumlah 32 (54,23%) ibu hamil. Akibat nyeri punggung pada ibu adalah merasa gelisah, tidak nyaman dan sulit untuk tidur.

Wawancara dengan bidan koordinator menyatakan bahwa kegiatan kelas ibu hamil telah dilaksanakan di setiap Desa di wilayah kerja Puskesmas Kasihan Bantul namun tidak berjalan dengan maksimal karena tidak 100% ibu hadir karena berbagai alasan seperti ibu yang masih bekerja atau ibu yang mengatakan malas untuk kumpul-kumpul. Hal yang dilakukan untuk mengurangi keluhan nyeri punggung yang dirasakan ibu adalah memberikan pendidikan kesehatan tentang body mekanik yang benar, posisi saat bangun tidur dan senam hamil. Senam hamil di ajarkan pada kelas ibu hamil namun tidak maksimal karena tidak rutin dilakukan pada ibu dirumah karena ibu takut

gerakan yang dilakukan di rumah salah, sehingga ibu tidak memperoleh manfaat senam hamil tersebut karena tidak rutin dilakukan.

Hasil wawancara dengan 15 ibu hamil dengan keluhan nyeri punggung sebagian besar mengatakan bahwa ibu tidak mengetahui cara yang benar untuk menguranginya. Pernyataan dari 10 ibu (66,7%) pengalaman yang ibu hamil ketahui tentang hal yang dilakukan untuk mengurangi nyeri adalah dengan mengganjal dengan bantal saat tidur dan jalan-jalan pagi. Sisanya 5 ibu (33,3%) mengatakan melakukan jalan-jalan di pagi hari dan tidak menggunakan sandal hak tinggi. Seluruh ibu yang diwawancarai 15 responden (100%) ibu belum pernah melakukan kompres hangat dengan menggunakan buli-buli air hangat karena ibu belum mengetahui tentang tindakan tersebut.

Berdasarkan uraian latar belakang maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kasihan Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : "Adakah pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan Bantul?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kasihan Bantul.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik ibu hamil trimester III di Puskesmas Kasihan Bantul.
- b. Mengetahui tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III sebelum dilakukan kompres hangat pada hari pertama, kedua dan ketiga di Puskesmas Kasihan Bantul.

- c. Mengetahui tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III sesudah dilakukan kompres hangat hari pertama, kedua dan ketiga di Puskesmas Kasihan Bantul.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan akan menambah sumber pustaka dan khasanah keilmuan tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi ibu hamil

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman ibu hamil dalam menangani nyeri punggung bawah yang dialami selama kehamilan

- b. Bagi keluarga pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman keluarga dalam membantu menangani nyeri punggung bawah yang dialami ibu hamil.

- c. Bagi bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam peningkatan pemeriksaan antenatal pada penanganan nyeri punggung bawah ibu hamil dengan melakukan kompres hangat pada ibu hamil

- d. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka dalam penelitian selanjutnya tentang pengaruh kompres hangat terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian ini merupakan menggunakan acuan penelitian sebelumnya yang dapat dilihat pada tabel 1.1 dibawah ini:

Tabel 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti (tahun)	Judul	Metode	Hasil
1	(Mafikasari, 2015)	Hubungan posisi tidur dengan kejadian <i>Back Pain</i>	Desain penelitian <i>analitik</i> pendekatan yang digunakan <i>Cross Sectional</i> . Populasi 35 ibu hamil, teknik sampel dengan <i>simple random sampling</i> jumlah sampel 33 ibu hamil trimester III yang diperiksa di Poli kandungan RS ARSY Paciran Lamongan. Instrumen dengan kuisioner tertutup dengan teknik wawancara dan skala intensitas numerik untuk mengukur nyeri	Hasil penelitian menunjukkan mayoritas ibu hamil tidur dengan posisi baik (57,9%) dan mayoritas mengalami nyeri ringan (54,5%). Hal ini dibuktikan dengan uji penelitian menunjukkan terdapat hubungan posisi tidur dengan kejadian <i>Back Pain</i> (Koefisien Kontingensi C= -0,377 dengan $p=0,019$ , maka $p < 0,05$ )
2	(Saudah, 2014)	Gambaran derajat nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III di RB Hikmah Desa Tambakagung Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto	Desain penelitian <i>deskriptif</i> . Populasi yaitu ibu hamil trimester III di RB Hikmah Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto. Analisis Data menggunakan distribusi frekuensi	Hasil penelitian mayoritas ibu mengalami nyeri ringan sebanyak 23 responden (76,7%) hal ini karena ibu hamil adalah ibu dengan umur kehamilan trimester III awal.
3	(Amalia, Erika, 2020)	Efektivitas Kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III	Penelitian ini dengan desain Quasi-Experiment Non Equivalent Control Group. Teknik sampling teknik purposive sampling jumlah sampel sebanyak 30 responden. Alat ukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisa statistik menggunakan uji dependent dan independent t-test.	Hasil analisa univariat diperoleh mayoritas umur 20-35 tahun dengan tingkat pendidikan SMA yaitu 36,7%. pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu 43,3%, dengan status gravida tertinggi adalah multipara sebanyak 50,0%. Mayoritas suku responden Minang 40,0%. Usia kehamilan paling banyak 30 minggu sejumlah 23,3%. Nyeri kelompok perlakuan

					<p>saat pre test 4,53 dan 3,07 saat post test ( selisih 146), kelompok kontrol pre-test nyeri 4,40 dan post-test 4,07.</p> <p>Hasil analisis tidak ada perbedaan yang signifikan antara pre-test dan post-test pada kelompok kontrol. Hasil uji statistik kompres hangat efektif menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil trimester III ( p value = 0,001 &lt; <math>\alpha</math> 0,05)</p>
4	(Rafika, 2018)	Efektivitas Yoga Pengurangan Keluhan pada Ibu Hamil Trimester III	Prenatal terhadap Fisik Hamil	<p>Jenis penelitian <i>Quasi Eksperimen pendekatan Non Equivalent Control Group</i>. Sampel 32 ibu responden dimana 16 orang tiap kelompok, teknik sampel <i>consecutive sampling</i>. Analisis bivariat dengan uji <i>Wilcoxon</i> dan <i>Mann Whitney</i>.</p>	<p>Hasil didapatkan nilai mean perbedaan antara pengukuran <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> kelompok intervensi sebesar 3.5; (<math>p=0,000 &lt; \alpha=0,05</math>).</p> <p>Ada perbedaan selisih nilai rata-rata keluhan fisik kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebesar 3.75; (<math>p=0.000 &lt; \alpha=0,05</math>) dimana prenatal yoga efektif terhadap pengurangan keluhan fisik ibu hamil trimester III.</p>